

Общероссийская  
общественно-государственная организация  
«Фонд защиты детей»



Общероссийский общественный  
благотворительный фонд  
«Российский детский фонд»

Научно-исследовательский «Институт детства» Российского детского фонда

**ПРОГРАММЫ ЗАЩИТЫ ДЕТЕЙ ОТ ЖИТЕЙСКИХ БЕДСТВИЙ**

# ВЫСТОЯТЬ, А НЕ СЛОМАТЬСЯ

**Альберт ЛИХАНОВ,**

*писатель, академик Российской академии образования*

**«Эх, вы!..»**

*Рассказ*

**Елена ЧЕРЕДОВА,**

*кандидат педагогических наук, научный волонтер  
научно-исследовательского «Института детства» РФФ*

**Программа работы с детьми, склонными к суициду,  
родителями и первичной профилактики  
суицидальных рисков в подростковой среде**



Издательский, образовательный и культурный центр  
«Детство. Отрочество. Юность»



*Общероссийская  
общественно-государственная организация  
«Фонд защиты детей»  
представляет цикл  
методических программ защиты детей  
от жизненных бедствий  
для педагогов, родителей, волонтеров,  
лидеров общественных объединений  
в помощь страдающему детству.*







# Ох, вы!..

## Рассказ

*Памяти Гены Черданцева  
из села Карпово Алтайского края*

### 1

Явился он на свет Божий в красивом краю.

В хрусткие морозы и летними ясными утрами, когда воздух, и без того-то чистый в этих местах, становился уж и вовсе хрустально-прозрачным, а тучи и даже лёгкие облака разбегались по-над землёй, в далёкой дали являлись взору розовые далёкие вершины.

Горы, отстоящие от здешних полей и лугов, может быть, за сотни километров, вдруг показывали своё чудное обличье, маня собой, обещая невиданную красу, даль немереную и какое-то невинтное волшебство. И Славик, как и полоумный Митяйка, и разный народ из всяких классов — от малышей до парней, опущённых по щекам да под носом лёгким мужчинским признаком, да и взрослый люд, в эти — не дни даже, а малые часы, — выйдя на улицу, как-то тише становился, задумчивее, какая-то в каждом возникала тихая радость или, может, ожидание чего-то хорошего, красивого, ярко-возвышенного. Как те далёкие отсюда, но ведь светящиеся же, нездешнего цвета, розовые горы.

Все они, жители их села, замирали, глядя вдаль, и Славик замирал, и походил на всех, как и все в эти мгновения походили на него: ни о чём он не думал, ничего такого не воображал, и хотя розовые горы что-то же всё-таки обещали, ничего ни от кого не ждал.

Просто глядел, глядел до слёз, и было благостно на его душе — вот и всё.

Словно кто-то всемогущий показывал картинку, но этот же всемогущий — раз! — и задергивал, точно занавес, всё это видение: ветер крепчал, горы слегка шевелились, вздрагивали, розовое затушевывалось белым снегом или серым туманом, и всё мигом исчезало.

Будто шутили свыше над этим сельцом и жителями его, — а, наверное, ещё и над народом соседних деревень, посёлков поболее и даже городов, — точно всем им говорили, не произнося ни слова, а лишь показывая: поглядите, поглядите, порадитесь, почему бы не порадоваться, а потом... живите дальше, как жили...

Впрочем, может быть, Славику всё это просто казалось? И никто не замирал, не затихал, не становился тише и задумчивее, а это просто ему всё так мнилось. Ну ещё, ясное дело, Митяйке — а с него чего взять, полоумного? Вдруг как кинет его — на пол, если дома, а то и прямо в снег, коли зимой, или в грязь по весне — и ломает, выгибает всяко, а он кричит, даже не кричит, воем воет, хрипит, потом затихает, умолкает, хнычет, как малыш... Припадочный.

Славик любил его... Да, да, именно так.

Он ещё совсем малым дитём увидел впервой Митяйкин припадок, и взрослые, не то что ребята, отскочили в сторону, чтобы вдруг окостеневший, становившийся железным Митяйка, мотнув ногой или рукой в судорожном, каком-то слепом и, ясное дело, бессознательном движении, не свалил с ног, — так вот, увидев Митяйкин приступ совсем малым, он не отбежал в сторону и, хоть его окликали, остался стоять неподалёку от головы припадочного и всё вглядывался в его лицо, в его широко разверзнутые, но ничего не видящие глаза, и был в маленькой, согнутой Славиной фигурке, похожей на знак вопроса, и впрямь вопрос, не имеющий ответа.

Когда Митяйка отошёл и заскулил, маленький Славик наклонился к нему и неумело погладил по голове.

Казалось, припадочный ничего не ощутил и не заметил, но потом, когда прошло время, люди стали замечать, что немолодой уже и такой не-

удачный сын одинокой старой женщины по отчеству Глебовна, — имя-то её уже подзабыли, только пара старух, путаясь, впрочем, что-то припоминали — то ли Ольга, то ли Мария, — в общем, люди стали примечать, что Митяйка, сын дряхлой Глебовны, мычащий, едва говорящий несколько невнятных слов, о чём-то курлычет с малолетним Славиком, который и сам-то ещё не в ладах с внятными разговорами, а поди ж ты — двое, не умеющих толковать, объясняются в чём-то и, объясняясь этак неловко, друг дружку понимают и друг дружке радуются.

## 2

Мать Славину звали Анной, по-деревенски — Нюра, и носила она на себе, никак не могла избавиться, странное клеймо: пришлая.

Привёз ее в село жених, Славин отец Николай, справный в ту пору парень, из деревни, даже деревеньки, довольно далеко отстоящей от здешних мест. И кстати всё это случилось, — по крайней мере, так судили мудрые старухи на отшлифованных их задами завалинках, — потому что деревни поменьше помирали скорее, будто как торопились.

Народ оттуда съезжал кто как мог. Даже, рассказывали, горели те беззащитные малые деревушки, и не всегда от бродячего хулиганья, которого хоть и развелось великое множество, — всякие там туристы да бездельники, — но в такую-то даль эта публика добиралась редко. Дороги зарастали кустарником или ровнялись с полями; на новых картах умершие деревни не метились, так что умирали они от старости и загорались, по всей вероятности, от шаловливых молний. Те, кто всё же — больше люди от власти — добирались по случаю до этих деревень, вернувшись, других туда ехать отговаривали: мол, всё там будто после войны — стоят одни печи с трубами, ровно Мамай прошёл.

Ну вот, Нюра и была родом из такой дальней, где-то поближе к горам, деревеньки, и всегда, как погода остывала и розовые вершины зажигались вдали, выходила на крыльцо или останавливалась — на дороге ли, во дворе ли, — и слёзы катились по её лицу неостановимо.

В первые годы своей жизни в избе мужа, которому она досталась от покойных родителей, пришлая Нюра вела себя беспокойно, и был даже случай, когда она, уже на сносях как раз своим первенцем Славой, вдруг исчезла. С ночи.

Николай проснулся поутру, обнаружил своё одиночество, молча пометался по двору, потом пошёл на конюшню, тогда общественную, колхозную, попросил коня помоложе да и отправился в сторону гор.

Вернулся он в сумерки. Беременная Нюра неудобно сидела в седле, опустив подбородок на старый плюшевый жакет, Николай шёл рядом, держа лошадь за узду и тоже понуро свесив голову — будто что у него случилось. И, в общем-то, никто бы и не обратил внимания на этот

эпизод, кабы не Митяйка, который, невнятно перебирая слова, среди коих было и предположительное «наверное», произнесённое им невразумительно и невнятно, вроде как «тля-вель-о», объяснил любопытствующим, будто Нюра убегала в свою родимую деревеньку.

Кто-то заверил: ну ясно дело, она же пришлая, не тутошняя, кто-то просто пожал плечами, а кто-то и рукой махнул на безумного Митяйку, сына Глебовны, имени которой никто не помнил.

Потом родился Славик.

Родила его Анна в районном роддоме, — всё чин-чинарём, привезла вместе с Николашей на грузовушке, которую выделил председатель колхоза.

Стали они жить и трудиться дальше. Николай, как вроде с рождения ему предназначено — трактористом, Нюра — дояркой. С образованием у обоих, как говорится, ни то, ни сё: Коля доучился в детстве аж до седьмого класса, а у Нюры и вовсе получилось всего-навсего полных шесть классов — оба со справками, даже не со свидетельствами. А дети пошли — стало и вовсе не до образования. Но и ещё: родив второго ребёнка — через три года после Славика, косоглазенькую Матрёшу, Анна вынуждена была покинуть ферму — ведь чтобы доить, надо подниматься ни свет ни заря, а тут дитя грудное. Побегала она с Матрёшей на перевязи под грудью к коровкам, подержала её в убогой комнатёнке, надсаживая сердце возле коровёнок, не подоить которых или, хуже того, недодоить — смертный грех перед безгласной скотиной, а издали несётся еле слышный и всё слабеющий голосок плачущей малютки-доченьки...

И они с Колей решили: Нюре надо уйти, раз такое дело. Куда? А никуда!

Стала свободной птицей, никому, кроме семьи, не нужной. Да малость поторопились они. Потому что колхоз принялись разрушать невидимые из деревни новые власти. Собралось какое-то собрание, всем велели голосовать, и скоро после этого каждому работающему дали бумажку, в которой обозначалось — сколько паёв на сколько соток он будет иметь в личном владении.

Не где именно, от какого столбика или кустика до какого, а только — сколько. Вот и владей, как хозяин. Народ попробовал добраться до сути, но, чтобы доискаться, требовались деньги на землемера, который бы все разделил, на адвокатов-нотариусов. Да и как поделишь-то? Одному — удобья и хорошая пашня, другому — овраг. Пошумели и угомонились без всяких, к разъяснению дел, действий.

Ну да и что переживать? Нюре всё равно ничего не досталось, потому что к тому времени она из хозяйства ушла. Пай, точнее, бумажка, не внушавшая почтения, досталась только бедняге Коле.

Всё это происходило незаконно, но в законах малограмотный народ не разбирался.

### 3

В дошкольные свои и начальные школьные лета окружающую действительность Слава принимал с неизбежностью первооткрытия и естественной симпатией. Когда родилась Матрёша, ему самому-то было три годика от роду; когда следующая сестрёнка Настёна — только пять, когда Алёнка — семь, а Гришутка — девять. Последним появился маленький Семён — кулёк лупоглазый.

Со временем ничему его окружающему Славик уже не удивлялся, а даже как-то с малых лет от него притомился, наблюдая, как маманя, родив младенца и едва докормив его до каши, снова округлялась, снова ждала дитя, а потом съезжала из села дня на три, будто в короткий отпуск, и отец, повздыхав, опять то ли лошадь занимал, то ли, в последние-то годы, уговорив какого-нито владельца «Жигуля» за бутылку-другую поехать с ним в райцентр, возвращался с новым семейным пополнением.

Так что в Славином сознании не Новый год, не Рождество были зарубками и шажками к взрослению, а двух- или трёхлетние фазы, в результате завершения которых в доме появлялся новый человечек, на удивление нынешним временам — все справные да здоровые.

Слава любил своих младших сестриц и братьев любовью простой, можно сказать, обыкновенной. Никто из взрослых его не приучал к этой любви, не читал сказок и назидательных сочинений, где старший братец всегда опора и защита младшеньких, наоборот, младшеньким доставалось от мамы наравне со старшеньким, едва они вступали в возраст, когда пора соображать и подчиняться.

Пока был Славик совсем мал и один, мама нянькала его и целовала, а папка подбрасывал к потолку их коричневой от старости избёнки. Как он поделился с косоглазенькой Матрёшей этой родительской лаской, ему и не заметилось — опять же по возрасту и потому как не пожалеть Матрёшу было нельзя. Больше того, он сам-то, ещё крохой, ощутил радостное ответственное чувство старшинства, подтаскивая от печки тёплые бутылочки с жидкой кашей, оттаскивая в тазик пелёнки-подгузники младшей сестрёнки, а потом и подавая бедной Матрёше свои первые команды.

И Настёна, и Алёнка, да и Гришка с Семёном являлись в Славкин мир по природному естеству и никакого отвержения не порождали. Просто он однажды постоял возле больших амбарных весов во дворе фермы, ржавеющих от безделья, сам встал на них, чтобы измерить собственный вес, положил на круглую, приваренную основу плоскую гирию с прорезью, на неё ещё одну и ещё — и вот тогда, совсем неожиданно и вовсе не по-детски, подумал, что сестрёнки его и братишки, пятеро по числу, похожи на эти плоские гиришки, которые, рождаясь, сперва уравнивали, а теперь уже и перевешивают его собственную, Славину жизнь.

Но и на весы эти он встал и подумал так уже в одиннадцать с небольшим своих лет, когда и не такие ещё мысли приходят в голову подрастающему народу.

### 4

Трое, четверо, наконец, шестеро детей при совершенной необеспеченности родителей трезвомыслящие реалисты назовут русским сумасшествием, безответственностью, бессмыслием, и будут правы.

Нюра и сама себя обзывала душой, особенно выпивши и особенно при общении с Митяйкой.

Припадочного мужика неопределённых годов вообще признавали только дети и сильно пьяные взрослые, в трезвом виде от него отворачиваясь и всячески его обходя. Анна иногда с Митяйкой беседовала, особенно, конечно, летом.

Летнее время во всякой деревне благо, но и бескрайняя работа — сперва сев, потом прополка, окучка, потом уборка, а если свой огород, на котором растёт всякий овощ, то ещё и полив — по утрам да вечерам.

Они, конечно, ухайдакивались от работы, и Николай, и Анна, но это было поначалу, ещё до развала колхоза, пока живы стояли хоть худенькие, да тракторишки, и Николаю приходилось и пахать, и убирать, и возить бидоны с молоком от фермы. На Анну приходился огород и семейство — сколько наварить-то надо, да ещё скотинка какая-никакая — и коровёнка с телёнком, и поросята, и куры да гуси.

Однако постепенно работа в колхозе, потом на — частной уже — ферме сокращалась и сокращалась, заработки Николая вместе с ними тоже, и всё чаще он никуда не торопился, потому что его никто никуда не звал.

Жило так почти всё село, похоже, уподобившись многим деревням русским, и народ насаждал на огороды. Они всё же кормили. Ну, и домашняя скотина. Откормишь бычка или телочку, осенью мясо можно продать перекупщику, а то и самому на рынок отвезти. Но за прилавок там пробиться — настоящая головная боль. Ещё на подходе к нему чуть за рукав не хватают черноглазые мужики да парни, предлагают тут же купить — и цену назначают, которая, в лучшем варианте, вернёт истраченное, если всё-то пересчитать — и корма, и хлопоты, и всё, что ни назовёшь...

Появлялись перекупщики и прямо в селе, с ними стоило сговариваться, потому что скотину они и увозили живьём, а уж там...

Стоял, правда, ребячий и бабий рёв возле фермы, куда для удобства сгоняли всю скотину и грузили ее в крытые длинные, нерусского вида грузовики... И то! Прощались ведь не с чем-то бессмысленным, а с родной животинкой, не только выращенной и вскормленной, но ещё и полюбленной, как всякое живое и близкое существо.

Одна старуха, отревевши и дождавшись с остальным народом, когда грузовик удалится, подняв столб пыли, будто столб дыма, проговорила, задумавшись:



— Будто на войну отправляем! Эдак же было!  
— Не на войну, — поправил её какой-то шибко умный, в джинсах, селянин, бывший в поддактии, — а на бойню!

— На бойню, на бойню, — не сломалась старушка. — Значит, на войну...

Расходились от фермы молча, угрюмо, как, наверно, расходятся предатели, сделавшие своё чёрное дело. Если, конечно, предатели вообще сходятся или расходятся где-нибудь...

Однако говорится это всё к тому, что, получив деньги за проданную скотину, по всей деревне начинался пьяный гул, который продолжался и день, и два, и три, пока не иссякал, не выдыхался, а Бурёнки, Маньки, Фроськи уже, глядишь, завершили своё пребывание на земле в кишках ненасытного городского люда. Так что плакать или переживать больше уже не было толку.

Семья Нюры и Николая не отставала от деревни. И всё ещё было бы ничего...

## 5

Потом оказалось, что молоко с остатков местной фермы далеко возить, и скупают его дешевле, чем стоит его надоить. Частники, несколько бывших сельских семей, вконец разоряться не пожелали, скотинку разом сдали перекупщикам, и через зиму приземистое продолговатое здание, когда-то светившее внешней побелкой, посерело, окна повывили — или стёкла растащили? — и полегла наземь павшая колхозная ферма, словно мёртвая коровушка, враз осевшая, покинутая всеми, отвергнутая плоть.

Потом, дело было ядрёной зимой, опять появились торгаши, да ещё какие вежливые, приятственные — в чёрных, здесь небывалых автомобилях на больших колёсах, обходительные и, в общем, щедрые: они скупали паи. Те самые блеклые бумажки с подвыцветшими печатями, согласно которым земля, неизвестно где находящаяся, но всё же принадлежащая, например, Николаю, вдруг обрела цену. Надо же!

Народ с ликованием принял скупщиков и нотариусов, так что цены по ходу дела слегка упали, а если привередничать, так и сильно упали, но зато обернулись наличной денежкой, и опять загуляло село во все тяжкие, пока — кто с умом, а кто и вовсе без оно, до конца не снесли эти денежки в местный магазинчик, процветавший на неожиданно бойком бизнесе.

У семьи Николая и Анны паёв было меньше, чем у прочих, поэтому и печалиться им досталось вроде как покороче, хотя и о чём тут печалиться, если деньги — дают, а земля, прописанная в бумажке, — чистой воды наваждение и вымысел?

Николай при этом проявил силу воли. Была у него мечта — во имя спасения многодетной семьи и одоления тягот — построить по весне крольчатник, потому как известно, что кролики плодятся скоро, кормятся простой травой, быстро вырастают и дают диетическое мясо, не говоря о пухе, из

которого, при желании, старухи навьют тебе и шапочек малышне, и варежек, и носочков — носи, не хочу!

И он своего достиг!

О, это была настоящая перемена их жизни! Деньги понадобились на несколько нетолстых длинных брёвен, на доски — несколько всего кубов, ну, да на пять кроличьих пар, которые, по расчётам тракториста, через тридцать дней должны были удвоиться, потом утроиться, потом учетвериться, и всё это в геометрической прогрессии, о чём он догадывался по воспоминаниям о математике седьмого класса и по своей собственной крестьянской догадливости.

И всё пошло как по писаному. Сарай он сколотил, кроликов завёл, а уж детская команда под управлением Славы столько молочая да клевера натаскивала с окрестных лужаек, что кролики не поспедали поедать.

В июне явился первый приплод, щедрый против скромных предположений. Семья словно ожила. Отец весь светился, за столом только и разговоров, что о кроликах, детей одарили забавой — дать каждому крольчонку имя, и спор, кто и как выглядит под каким именем и кто над кем из этих милых зверушек шефствует, не утихал даже за обедом.

Переменилась и Нюра.

Она уже давно ходила неопрятная, молчаливая, как будто придавленная. Чем? Бескрайней своей семьёй? Огородом и домашней скотиной, про которую и зимой, и летом надо думать каждую минуту? Тоской от утраты девичьего дома, деревушки, исчезнувшей с лица земли?

Но для женщины крестьянской породы всё это обыкновенно и если не радостно, то не в тягость и не в смертельную тоску ведь — каждому, как известно, на роду написано то, что написано. Миллионы женщин живут именно что так, не гонясь за комфортом, за бездельной жизнью перед телевизором. Ну, правду-то говоря, скорее — жили раньше. Теперь, сокращаясь день изо дня, по причине естественной, то есть помирая, живые вдруг, всё собрав и продав, убегали в города к своим детям, внукам, правнукам, в уголок на сундуке, всё равно как, лишь бы подальше от вековой и горькой, без сна и отдыха, деревенской бабьей доли.

Даже не в виде разговоров, недовольства, слёз, — а их-то целый океан! — а в виде духа какого-то рьяного, какого-то тумана, мги душевной бродит ныне по-над русскими селениями эта не то что мечта, а простая необходимость оберечься, не истратить остатки жизни на что-то смутное, бедное, несобьённое, хоть и называемое землёй родной, а то и ещё возвышеннее — родиной. Да уж какая-то такая Родина, когда где-то вёрст за полтора-два — вот тебе и горячая вода из крана, и тепло от батарей, никаких тебе дров. И зарплата у детей, хоть и невелика, может, но два раза в месяцок — вынь да положь, гражданин-работодатель, хоть, понятное дело, на работу-то и непросто пристроиться...

Смута эта уж давно обрела реальную силу, которой подчиняются не только целые семьи, но и целые деревни, посёлки и даже малые города, где если кто и остаётся — так совсем уж старый люд, дряхлые пенсионеры, которые, однако, скоро уж вымрут, освободят свои углы да избы, и земля наша родимая — что? — зазеленеет снова? Займётся небывалым цветом нераспаханных угодий? Затянется нежным по весне осинником, годным, однако, в некотором будущем на спички?

Смута эта, обретающая силу решений, слома судеб, суеты переездов и обретения новых несчастий, овладевала и Нюрой, да ещё и кличка — пришлая! — усугубляла смуту эту, но...

Нюра понимала всё-таки, что с шестью классами и малышкой по лавкам, да и с мужем-трактористом, никуда ей с места не стронуться. И здесь доживать, пока не выросли дети, не распрямили крылышки свои, а там, может, взлетят, хоть и не высоко, а далёко — и авось утянут с собой...

Тем, похоже, и утешалась, ни с кем и нигде словом о том не обмолвившись.

## 6

И зачем он только вздумал устроить этот крольчатник, да ещё, как оказалось, уже не на своей земле? Эвон как вывернуло: бумажки, бумажки, ничего не значащие пай, неизвестно как и кем делённая земля, а продал, получил хоть какую денежку — и тебя уже не спросят, а сразу означат: вся скупленная земля стала чьей-то, у неё есть хозяин, и он не позволит на его земле что-то строить или, того пуще, разводить.

В общем, к осени, когда обычно сеют озимь — но в селе давно ничего и никто не сеял — к воротам дома Николая дома подвалило фасонистое авто, оттуда выскочили двое мордастых, уголовного вида хахала и, вызвав отца, которого тут же окружила его малолетняя рать, приступили с вопросом:

— Это твой, хозяин, крольчатник за околицей?

Сперва Николай был радостно откровенен:

— Мой! — вишь, семья-то?

Но на семью мордороты не глядели — глядели на взрослого отца.

— Но у кого же ты испросил разрешения-то? Строиться?

— А чё, — смутился Николай, — надо спрашивать? Земля-то ничья! Общая!

— Общая? — заржали приезжие. — Какая она общая, если ты свой пай продал. Теперь чья-то! Так что давай! Без лишних разговоров! Сноси! Оттуда пашня начинается, а у земли теперь есть хозяин. Через неделю начинаем, поторопись, не то... Сам знаешь!

И как Николай ни подбирал слова, что надо ему хотя бы до заморозков дотерпеть, те пришлое только хохотнули:

— Предупреждён, значит, извещён!

Слава, конечно, был возле отца при этом нахальном наезде, но когда тот пошёл в бывший сельсовет искать защиты у власти, остался дома.

Отец вернулся просто чёрный, в глазах у него взблескивали слёзы, а губы тряслись. В таких семьях не говорят с глазу на глаз, а только сразу всем, и отец с порога объявил:

— Не буду сносить! Не буду! Не имеют прав! Мы многодетные! Что нам, подышать?

Нюра стояла во дворе с младенцем, он зашлёлся рёвом, будто первый всё понял. Это был Григорий, Сеня ещё не планировался. Ему слаженно подвыли Алёнка с Настёной, мать прикрикнула на них, ведь они заревели просто за компанию, и спросила:

— Может, послушать? Ведь всё потеряем!

— А власть на што? — испуганно воскликнул Николай, и слезинки выкатились у него на щёки.

— Власть на што? — повторил неуверенно и прибавил: — Я участковому заявление написал! Об угрозе!

— Охо-хо, Коляша, — проговорила Нюра дерзким тоном. — Какая власть? Какой участковый? Али ты ослеп?

Во дворе толокся Митяйка. Никто не видел, как он зашёл — да и стоял он тихо, только после Нюриных слов что-то стал лопотать:

— Афиплоликовтозаплате!

Слава перевёл:

— Говорит, кроликов спрячьте.

— А куда? — заголосил отец. — И почему? Там для них всё специально построено!

День закончился тем, что Славе, Матрёне и Настёне с Алёнкой дали принести в избу по паре самых маленьких крольчат, но они насорили за вечер и утро своих шариков, Нюра заругалась, и всех их опять же снесли обратно, потому что пока было тихо и никто ни с чем к крольчатнику не приступал.

Через три дня про угрозу забыли, через неделю над ней посмеивались. А недели через две проснулись от громкого стука в окно. Стучал Митяйка.

Всклокоченный, напуганный, полуодетый, он чего-то мычал, и когда Николай, а за ним Нюра и Славик выскочили на дорогу, то увидели, как за околицей полыхает крольчатник.

Отец схватил ведро с водой, Нюра закричала, запричитала, выбрались из постелей Матрёна, Настя и Алёнка, только Гришка спал, и все они кинулись к жалкой своей собственности.

Строение полыхало сразу со всех сторон, войти в него было невозможно, кролики безмолвно исчезли в огне, хотя их было ведь уже много — геометрическая прогрессия природы действовала безотказно, и Николай, закончилось всё ладом, мог бы чувствовать себя хоть каким, но всё же победителем.

В Славу это всё врезалось будто ножом: огонь, быстро сожравший доски стен, чуть дольше догравшие поперечины, скорое обрушение и целый столб красный искр, поднявшийся в чернеющее осеннее небо. И все они, кричащие криком: отец,



мать, три сестрёнки и, может быть, громче всех орущий он сам. От отчаяния, от несправедливости, от чьей-то тяжёлой чужой силы, которая, не считаясь с ними, уничтожила этот несчастный сарай и несчастных безмолвных кроликов, у которых ведь и голоса-то нет!

Эти семь освещённых пламенем и бедой лиц, — с ними прибежал и Митяйка, — эта беспомощность их общая, их ненужность никому, Славу ломали изнутри: он искал и не находил ничьей защиты, а отец казался ему точно таким же, как и он, слабосильным мальчишкой, только возрастом постарше — а во всём остальном таким же беспомощным, слабым, сломленным.

Потом как-то разом наступила тишина. Балки давно рухнули, догорая, доски превратились в уголья, подходить к пепелищу и рыться в нём было бессмысленно. Они постояли ещё с полчаса — минут сорок, пока огромных размеров кострище не угомонилося вконец, и поплелись к дому. Митяйка двигался первым, что-то бормоча. Нюра и Николай шли обнявшись следом, девчонки следовали одна за другой, гуськом, и за ними, замыкая шествие и чуть поодаль, брёл Славик.

Лицо и грудь его ещё горели от пожара, а спина мёрзла, даже леденела.

И тут его поразила тишина. Село спало, не соизволив даже встрепенуться, а над головой сияли, низко опустившись, огромные звёзды. Казалось, какое-то надземное многоглазое существо с любопытством таращится на этих людей, на их беду, которая вдруг свалилась ни за что ни про что, и никто не подумал придти им на помощь.

Славик поотстал ещё, остановился, огляделся во все стороны. Плотная темнота обступала его, только от бывшего крольчатника изредка прорывались не всполохи, а просто промельки света; звёзды смотрели равнодушно, и чёрная земля под ногами сливалась с небом.

И Славик подумал неожиданно, что ничего не изменится в этом мире, если не станет и его, а не только каких-то маленьких и беспомощных крольчат. Что и он — как крольчонок, а может, и просто песчинка, исчезнет в один миг — и мир не содрогнётся.

И ещё он подумал, что с этим ничего нельзя поделать.

## 7

Родители напились, да так шибко, как никогда ещё не бывало в их доме.

Выпивали они и раньше, крепко тоже выходило, но в этот раз получилось что-то небывалое. Мама и раньше понемногу гоняла самогон — покупали сахар, дрожжи, получалась у них прозрачная водица, оба говорили — та же водка, только крепче почти вполтину, а по цене так во много крат дешевле — тратиться на магазинное, с наклейками, они не любили.

Гриша, когда все вернулись, всё спал и улыбался во сне. Славик ещё позавидовал бессмы-

сленному младенцу: и пожар, и кроликов — всё проспало невинное дитя. А отец тем временем, как был, полуодетым, налил полстакана и слил в себя. Потом ещё добавил. Обождал, пока старший сын протянет огурец.

Оба они буквально тряслись — и отец, и мать, сели на лавки друг против друга, даже не омылись от пожарной копоти, и принялись догонять друг дружку. Стакан за стаканом.

Отец уснул, бросив голову на столешницу. Нюра, некрасиво шарашась, разводя руки в стороны, будто разом ослепнув, нащупала взрослую кровать возле малышовою Гришкиной, бухнулась навзничь и умолкла.

Слава с сестрами молча глядели на повергнутых родителей. Неясно, что испытывали неговорливые сестрицы по возрасту своему, может, и ничего — ведь ранее детство не судит родителей, а принимает такими, какие есть. Славик же судить не смел, и будь постарше, может, в этот раз, как и родители, налил бы себе прозрачного пойла. Его всё ещё колотило, и он пошёл умываться, долго лил воду на лицо, на всю голову, на руки — пока постепенно дрожь возбуждения и горести сменилась дрожью остуды. Не было в его владении средства, которым располагают взрослые и которое выключает всё и сразу — и мысли, и движения.

Около полудня загудела, затрубила корова Манька. Славик и без этого напомнимания знал, что мать пропустила утреннюю дойку, и животине тяжело, даже больно, и попробовал родительницу окликнуть. Нюра только повернулась на бок и проворчала что-то нескладное.

Пришлось Славику брать в руки ведро, подсаживаться под корову. Та облегчённо вздохнула после первых струй, неумело сдоенных мальчишкой, но ничем не выразила своего недовольствия — ведь дойчик был ей существом известным и невредным, значит, допустимым.

Слава подоил Маньку рукой не то чтобы неумелой, скорее непривычной; до сих пор мать, щадя его мужское преимущество, к корове не подталкивала, ждала, когда дочки подрастут, научила только, как это делается, дала малость сдоить разок-другой, на пожарный, так сказать, случай. Да вот он и прибрёл — этот случай.

Придя в себя, мать его дойку не оценила, ничего вообще не сказала, растолкала мужа, сели вроде как обедать. Подрезала хлеба, и снова они стаканы свои наполнили.

Щи-то так и остались, почитай, недоеденными. И снова свалились родители в глубокий сон, а скорей-то в самоделанный наркоз, и снова дети промолчали — теперь уж расползлись по своим углам и делам на улицу, в огород да баньку. Да, вот ещё: Григорий гукал и радостно пускал пузыри, пока что в лежащих родителях не нуждаясь, потому как принял его прямо в руки старший брат и накормил кашей, а младшие сестрёнки по очереди тютюкались с ним, то на полу, то в огороде — приодев потеплее по нежаркой уже погоде.

Ещё, грешным делом, Славик подумал тогда, что, подрасти девчонки на год-два, так они все детским своим сборищем и с хозяйством помалу сладят — вовсе без взрослых. Тут же себя осёк. Как это без взрослых? Корову-то не только доить надо, но и кормить — где теперь, когда вся земля кому-то отведена? В лесу? Да и лес, может быть, уже чужой. Ходить по опушкам, подкашивать зелень, таскать в мешках? А свиньи? Им заваривай комбикорм и картоху, иначе охудеют — какой прок? А куры? А гуси?

Ну и всё остальное — как? Стирка, глажка, дрова на зиму... Да и школьные дела — вот-вот не он один учеником станет, но и сестрицы по очереди.

Малым детям, особенно по нынешним временам, позновато даётся чувство беспокойства не то что за других, а за самих же себя — и неясно до конца, благо это или родительская беспечность, однако ведь и дети детям рознь. Одни в благости купаются и беззаботстве, другие, вот как Славик, окунаясь в заботу по нужде, а то и по отчаянию...

Впрочем, поначалу никакого отчаяния не было, а была разделённая со взрослыми скорбь. Жалость к кроликам и сарайке, обида, нанесённая неведомо кем, ведь мордовороты на форсистой машине только чьи-то гонцы, просто угроза, может, даже и исполнители угрозы, но приказал-то кто-то, из их избёнки незримый, владелец земли, которая всегда была общей, а, значит, их тоже. Но теперь — отторгнутая навсегда. Почему, по какому праву?..

## 8

В ту пору Слава готовился в четвёртый класс, и ох как не всё ещё в нём устоялось. Да что там! Иные гоголи и после полной школы-то — чистые дети, ничего о жизни не понимающие, а мыслями своими порхающие, точно легкокрылые бабочки: ни забот тебе, ни тревог. Чистое, безоблачное детство!

Слава уже и в третьем классе сельской школы, где все дети собрались от земли, от семей если и не работающих, то жизнью отягощённых, озабоченных тревогами и беспокойствами — выделялся какой-то большей, чем у других, сдержанностью, строгостью к самому себе и жёсткостью не только в отношениях с другими, а ко всему окружающему.

Казалось на первый взгляд, что он робел, но это было не так.

Нельзя сказать, что он от других ребят отгораживался, или от ученья — нет, он просто не ликовал малолетским ликованием в случае учительской похвалы, а опускал глаза, едва розовел, и получалось, будто хорошая оценка предназначалась не ему, а кому-то третьему... Он никогда не торопился с выражением благодарности — смотрел недоверчиво, словно пропуская доброе мимо себя, над собой и ожидая ещё чего-то, какого-то, может, подвоха. В ответ детское окружение, сотоварищи по классу, Славу

выделяли ответной к нему осторожностью, точно между ними и им была какая-то канава, наполненная водой.

В общем, товарищество его было очень сдержанным — он не подпускал к себе близко, пожалуй, никого, и никто этому не удивлялся, хорошо зная, что этот мальчонка, стриженный под ёжика — и не у парикмахера, а материнскими ножницами, — из слишком уж многодетной семьи, и ему после уроков надобно не валять дурака, а скорее бежать домой.

Той осенью, когда сгорел крольчатник, да, считай, через день-два после пожара, но ещё до начала школьных занятий, на сельской улице послышался какой-то приглушённый, явно чужого происхождения рокот, и народ, кто мог, конечно, и кто был дома, первым делом, конечно же, ребятя, высыпал на улицу, дивясь увиденному.

По ней этак надменно, пружинисто и осанисто, на громадных рифлёных колёсах катила железная красота, сияя новой зелёной покраской, сверкая стёклами водительской кабины и задрыв над собой острые, сверкающие лезвия целой щетины плугов.

Невиданный трактор, чужестранный гость этот, катился за всё той, знакомой уже, фасонистой машиной, которая притормозила возле пепелища бывшего крольчатника. Сердце у Славы затрепетало — он ведь побежал за этим трактором, чтобы подивиться невиданному чуду, а тот приехал не только удивлять...

Окно в джипе приоткрылось, чья-то рука махнула вперёд, указывая на угольные останки сарайки, чужестранный трактор легко пыхнул, свернул с дороги, изготовился будто, опустил рога плугов и легко двинулся вперёд, без всяких усилий окончательно стерев с лица земли остывшие уголья выстраданного отцом и беспощадно спалённого кем-то добра.

У него, наверное, были тысячи лошадиных сил, у этого тракторища! Он катил по прямой, переворачивая добрую землю, снося и засыпая ею же всякую поросль вроде репейника и осинового подростка, и мощь его не могла не вызвать простого удивления чьими-то золотыми умами, придумавшими такое чудо!

Слава глядел на всё это чуть впереди и в стороне от других ребят, и смутные, несовместимые чувства бродили в нём — и восхищение трактором, и ненависть за его лёгкую расправу с угольями крольчатника, и поражённость такой мощью и лёгкостью, которую ни он, да и никто из людей постарше его, не видел в тракторах наших, прежних.

Он долго смотрел вслед огромному зелёному жуку, бороздящему поле за околицей, подождал, пока он вернулся, развернулся, загребая плугами очередную широкую полосу, и отправился вновь вперёд, почти к самому горизонту.

Когда Славик, глубоко вздохнув перед тем, обернулся, чтобы идти домой, он едва не уткнулся в отца. Николай стоял у него почти за



спиной, и опять в глазах у него что-то взблескивало и дрожало.

— Американец, наверное, — сказал он неуверенно сыну и обнял его, поворачиваясь вместе с ним к дому. — Или немец...

Они прошли несколько шагов.

— Мне на такой не работать, — сказал отец, горестно усмехаясь.

— Да? — равнодушно спросил Слава. — А чего?

— Грамотёнки не хватит, — ответил отец то скливо. — Да и много ли трактористов-то нужно при такой машинице? Посмотри, как волокёт! Какая скорость! Какой захват! За три дня всё перепашет.

Они ещё постояли. И ещё чуток посмотрели на зелёную машину, становящуюся то меньше, то больше, и не бредущую, не ползущую по пашне, а почти что летящую.

## 9

Когда хозяйство хиреет постепенно, порушения его не так заметны. Ну, к осени порезали гусей, чего тут особенного, закон такой, их всегда к морозам режут. Потом куры передохли от какой-то заразы, пришлось изредка в магазин бегать Славе — за яйцами. Дак всё равно же за хлебом ходить надо. Иногда, с похмелья, маманя требовала красенького, это был какой-то «портвей», в магазине Славе его благосклонно отпускали, понимая, что это он не себе. Да ведь он и деньги платил.

Эта фраза требует объяснения, потому что денег в селе вообще-то было мало. Исправно их получали пенсионеры, ещё точнее — пенсионерки, потому как старичков окрест почти не осталось. Остальные, рабочего возраста народ, потерявший свои несчастные должности, что на ферме, что в поле, порастратив выручку за скупленные паи, приноровился магазинные продукты брать в долг, рассчитываясь, когда бабушки-пенсионерки дождутся своего ежемесячного почтальона. Какие-никакие, пусть тонким ручейком, но денежки в село притекали теперь почти только через старичьё, и их в основном доставало, чтобы покрыть торговые кредиты. К тому же магазин был давно не сельповский, а частный, как и всё вокруг оказалось в одночасье частным, и умел ждать возвратов, чтобы снова обновить свои запасы да получить навар, без которого не бывает никакой торговли, особенно лукавой частной.

Надо заметить, что к таким государственным, как кое-кто считает, нахлебникам вроде пенсионеров пристёгивались многодетные семьи. Что-то им на каждое дитё причитается — много или мало, трудно определить, часто сие зависит от местности, но всё же причитается, и Нюра — особенно подвыпивши, — бывало, могла возгордиться незнамо чем и сообщить мужу и малолетнему своему отряду, что всё же деньги-то в семье получает одна она за свои материнские усилия.

Николай в ответ то смеялся как-то безрадостно, то опускал голову, а то и вовсе из избы выхо-

дил, осерчав. Ведь такой вот неделикатной гордостью жена его и мать его детей корила, получалось, отца за то, что у него нет работы.

Но маманя была всё же и права. Вот в школу надо и сумку, и тетради с ручками, и учебники. Ничего же этого нельзя получить без денег. Да и новую одежду, ботинки, носки-рубахи всякие да курточки — кто их даст в кредит?

Конечно, в каждом доме хранился где-то неприкосновенный запас, опять же у старух — на похороны, на поминки, но деньги эти если и вынимались, то в крайней нужде. Впрочем, в Славиной семье старых людей не было.

Скоро в школу пошла Матрёна, и село сразу заприметило эту жалкую детскую пару: Слава, всегда серьёзный, неулыбчивый, но вежливый паренёк, и испуганная, косоглазенькая его сестрёнка, будто задумчивая, не торопящаяся — ни ходом своим, ни словами, которые надо произнести. Даже самые простые слова приветствия.

Будто меткой какой клеймены эти двое ребятшек из дома, взрослые жизни которого тоже отчуждены неизвестно по каким причинам от всего остального села.

Со стороны могло показаться, что селение являло мудрую терпеливость к этому гнездовью — двое взрослых и шестеро ребят — и осмысленно не трогало их своим радением, которое не всегда ведь бывает разумным, а чаще — навязчивым, тяжёлым, принуждающим не к одному, так к другому. Но на самом-то деле люди, лишённые привязки к собственной земле и работе на ней, не соединённые состраданием, рассыпались в прах пусть из не крепкой, но всё-таки общности — теперь уже всяк за себя; а то, что с другим — это другого и забота.

Даже в школе, куда Слава и Матрёна приходили на долгий день, учителя, из которых, к несчастью, никто не выделился своим добросердечием, интереса к брату и сестре не проявляли, лишь мельком регистрируя их присутствие в детской редующей толпе. А косоглазенькая первоклашка после своих уроков, которые заканчивались раньше, тихо дожидалась на скамеечке, пока не закончатся уроки у брата. Потом они вместе как-то неторопливо, будто задумчиво, выходили на улицу и медленно, не по-детски, двигались в сторону родной избы.

Селом владело равнодушие, как овладевает оно неразумной скотиной перед заклинанием...

## 10

Дитя ко всему скоро привыкает — к хорошему и плохому, оно ведь не умеет сравнивать свою жизнь с каким-то там образцом. Оно просто живёт рядом с грешащими у них на глазах взрослыми и где-то в глубокой глубине и великой тайне утешается тем, что имеет, радуясь незримой и непритязательной радостью, а даже и страдая от родни своей — но страдает скоро, будто бы торопливо, одолевая минутное отдаление, с тем чтобы вновь припасть к главному — к любимым рукам,

к прощению, к поразительно неразумным взрослым, прощая их за такую странную непутёвость и великую русскую беду — потерю всякого разума от оголтелого, бестормозного пьянства.

С наступлением морозов закололи кабанчика и зиму одолевали не хуже всех: мясо да картошка в достатке, дрова для печи заготовлены с лета — никто не голодал.

А под сытую еду чего же и самогончиком не осветлить своё тусклое существование? Не по мечтать о каком-никаком чуде, вдруг бы пришедшем вот в эти старые дощатые двери? В виде внезапной перемены нравов, например, возвращения всеобщего труда, а не царства безделья? Перемены власти — этой беспощадной и бессердечной — хоть бы и в виде увольнения на веки вечные бессменных при таком режиме сельских начальников, которым лишь бы самим жить да гужеваться, а остальной народ — хоть сдохни до единого!

Такие смутные речи, едва не каждый день, слышал Слава, и никого они не трогали, кроме, видно, произносивших их почти что наперегонки матери и отца.

Но они были — мать и отец-то, вот что! И хоть надоели порядком Славе их каждодневные всем недовольства, он научился каким-то макаром отключаться от взрослых слов и просто поглядывать на родителей, просто есть, думая о чем-нибудь своём и даже переговариваясь с младшим народом о разных детских заботах.

Получалось, что взрослые, когда выпивали, жили одной жизнью, а дети — другой; и хотя это не походило на привычки и правила русских женщин, Нюра все меньше заботилась о детях, доверив это занятие старшему сыну, и всё больше наслаждалась свободой своего волеизъявления, где разговор был главным смыслом, чоканье стопками — главным событием, а послеобеденный тяжёлый сон — забвением во благо.

Потихоньку-помаленьку Славе пришлось освоить подстирку за малышами их уделанных штанишек, готовить еду для маленьких — не станешь же их кормить свининой. А ещё глажка постиранного, подтопка печи, особо — зимой, когда не раз приходится подбрасывать дрова. Ну, и обиход скотины. Если мать утром всё-таки выдаивала корову, то на вечернюю дойку собирала своё брэнное тело с трудом. Единственное, к чему Славик не был причастен — это изготовление самогона. Но тут свою вахту выдерживал папа. Как ни худо себя чувствовал, а это производство не запускал.

Однако добро, как известно, воссоединяется с другим добром очень недоверчиво, трудно. А вот худо к худу — бегом бежит, изо всех сил торопится.

Каким-то простым способом нашёл папа Николай себе друзей — такую же ненужную пару. Жизнь теперь переменялась, и очень даже часто никто к обеду Славу с Матрёной не ждал, а, наоборот, забыв всякие свои обязанности, Нюра с Колей к обеду-то как раз и пропадали,

оставив на хозяйстве пятилетнюю Настёну. Та, ясное дело, гордилась ответственными поручениями, но с Алёной, а потом и с новорожденным Гришей ничего поделать не могла. Только пасла их. Как гусей.

Поэтому ход Славика и Матрёши из школы ускорился, да и Матрёша больше не прохлаждалась на лавочке в школьном коридоре, а, частенько оскальзываясь на снегу, по братовому указанию торопилась домой раньше него, чтобы до его прихода принять командование на себя.

Новые сотоварищи Николая и Нюры были — не внешне, конечно, а по жизни — как две капли похожи на них. Степан когда-то заведовал птицефермой, хотя не имел по этой части образования, за что и был уволен. Маня, жена его, была дояркой — так и животноводство в селе давно и успешно похерили. Детей у них было только двое, но они оказались постарше, чем отряд Нюры и Николая, уехали в город и там учились на кого-то, родителям непонятно.

Ну, в общем, и они спелись. Или спились? Это бы вышло слишком просто. Нет, их соединяли невидимые нити, кроме, конечно, похожей ненужности. Нюру как-то возбудило сообщение о Маниных детях — дочери и сыне. Та всё гордилась ими, и какой разговор у них ни заводился, завершался всегда одним и тем же. Вот сынок Вася записался на курсы водителей и метит получить права. Хотя о машине пока речи нет! Но ведь молодец же, молодец! А вдруг — что привалит? Конечно, главное, на какую работу устроится, став этим, как его... менеджером, но ведь ещё и другое бывает, а? Вдруг женится удачно. На богатенькой горожанке! Они же там, поди-ка, почти все богаче наших!

Или вот дочка, Оленька. Хороша собой, учится славно, получает стипендию. Будет юристом — о-о-о! Чего это такое, Маня не очень понимала, но ведь все слышат, что эти юристы теперь везде сидят, вон и на троне тож, так что главное ей пожелание — не промахнуться. Надёжного бы женишка, да раньше времени не обмишуриться, в подоле бабке и деду не принести — куда им будет деваться?

Все эти беседы, опять же под неизменного друга-первачка, волновали Нюру, подавали надежду Николаю, и не раз, не два, возвращаясь врасстыр, скользя и падая то в снег, а то в грязь, родители, владеющие значительным детским ресурсом, восклицаниями да междометиями убеждали себя в правоте семейной линии.

— Вот Славка-то! А?

— Да и Настёна! Вот погоди!

— Алёнка! Красавица!

— А чем Гринька? Ха-ха!

В пьяных этих восклицаниях не очень-то и скрывалась родительская любовь к своему детскому стаду, сладить с которым им пока удавалось без сильных, в общем, хлопот.

Может, это все слагалось из их собственной в себе неуверенности? Когда человек не знает, что будет с ним самим, он ищет спасения в чем-то и в



ком-то другом. А на кого ещё положиться в своих чаяниях, как не на собственных детей?

## 11

Сельская школа, куда по утрам брели Слава с Матрёшей, была невелика и, в общем, умирала. Учеников всего-то меньше пяти десятков — от первачков до выпускников, да учителей и всех прочих школьных работников, включая директора и уборщиц, с десятков наберётся. Может быть, потому директор вынужден был лично, за отсутствием физкультурника, организовать баскетбольную секцию, в которой выделил младшую группу. Туда записался и Слава.

Но баскетбол — игра хоть и коллективная, дружеская, а всё же полная всяких там столкновений, отталкиваний в борьбе за мяч. А Слава всего такого не любил по причине своего характера. Можно заметить, дескать, какой там ещё характер в четвертом-то, пятом классе. Любые характеры ещё только высовываются, как по весне щетинка новой травы из-под опавших прошлогодних листьев, и всё можно переменить, любой характер. Всё, конечно, верно, но если человек к этому сам стремится, желает перемениться, самого себя хоть малость, а переделать. А если — нет? И если никого рядом нет, чтобы посоветовать, подвинуть, подтолкнуть?

Одиночество в шумной и суетливой толпе, отчуждённость даже в собственной семье, среди самых родных, когда люди смотрят, а ничего не видят, и всегда-то не было редкостью, но теперь...

Одним словом, Слава бегал и прыгал, в борьбе за мяч толкался и падал, сам толкал других, но было ему всё это безрадостно, не мило, и увеличение командного счёта от забитого им мяча меньше всего трогало его. Зато толкотня злила и обижала. Время от времени он без всяких причин пропускал занятия и в результате отставал от других.

В общем, Слава в спортзале не блистал. Но секцию всё же не бросал. Наверное, потому, что она была единственной. Он ясно сознавал, что в школе можно скрыться от дома, от бесчисленных забот, которые валились на него теперь каждый день без передыха, и был всё-таки рад потолкаться тут, среди таких же, как он, ребят.

Но если быть до конца честным, то надо было при этом признаться в маленьком собственном предательстве. Когда он возвращался, косяглазенькая Матрёна печально смотрела на него, вся какая-то опавшая, похожая на маленькую старушку — ведь в его отсутствие домом управляла она, кроме, конечно, дойки да корма свиньям, и волей-неволей Слава ругал себя и жалел её, потому что она была на три года младше его.

Он начинал торопиться, и малыши крутились вокруг него, будто малые планетки вокруг небольшого солнца — кто миску подтащит, кто ведро для дойки, кто начнет подметать голиком порядком ухайдаканный пол, и Слава на-

чинал ощущать смысл собственного существования, на время как-то теряя тревогу о гуляющих родителях.

Они приползали по-разному. То поздно вечером, а то и ночевали в гостях, так что являлись поутру.

Но жизнь в доме всё-таки шла. Не такая, как под взрослым приглядом, но всё же... Никто не голодал, и корова не мычала недоеная. А дети если и плакали, то не из вредности своей, а по житейской надобности — младшие, нечаянно обделавшись, а те, кто постарше, ушибившись обо что-нибудь, упав нескладно или ещё по какой другой малышовой причине.

То ли родители от детей, то ли дети от родителей медленно, но неуклонно отдалялись. Будто льдина оторвалась от берегового припая. Вот только неясно всё же — кто берег, а кто — льдина...

Только одна душа являлась к ним с чистой заботой — но какая душа-то? Припадочный Митяйка.

Он открывал дверь без всякого стука, и малышня, неумело ещё говорящая, очень дружно и радостно встречала его громким кликом.

Это был общий возглас радости, даже ликования, а Митяйка, вообще-то дядя Митя, распахивал щербатый рот, из которого тянулась длинная нить густой слюны, мычал, издавая невнятные звуки, произносил малопонятные слова и междометия, которые детям были вполне доступны, потому что в общем и целом они выражали доброжелательство.

Митяйка махал руками, скидывал шапку, но шубейку или пальтецо — в зависимости от времени года — никогда, и так усаживался на лавку, лопотал, лопотал, шумно, неясно, а малая толпа приплясывала перед ним: то стояла смирно, то смеялась, хлопала в ладоши, падала на задницу, то пищала и плакала, и всё это враз, одновременно, на разные голоса. Толпа, она и есть толпа — она походила малость на что-то всё-таки общее, единое, на какое-то многоглавое существо с одной всё-таки радостно возбуждённой душой.

Явление Митя детскому люду иногда и затягивалось, он о чём-то, ему одному понятном, бормотал малым своим почитателям — теперь они подходили к нему по очереди, и гость прижимал их к себе, гладил по головкам, капал на них слюной, но не встречал отторжения в ответ, а только одну лишь любовь получая. Может, оттого, что взрослых-то, собственной персоной папаню и маманю, они хоть и видели, но такого свободного доступа к ним, как к Митяйке, всё же не имели.

Дело кончилось печально. Однажды Митяйка хлопнулся на пол, ни с того ни с сего ударил его припадок, ногами и руками стал молотить об пол, да и головой, будто все эти органы одеревенели, утеряти мягкость плоти, потому что колотили в пол именно как деревянные, изо рта полез огромный слюнявый пузырь.

Дети расступились, ошеломлённые, никто, пожалуй, кроме Славы, до тех пор не видывал

Митяйкиных приступов. Гришка заплакал, забившись в угол — он к тому времени уже выучился ходить, — остальные глядели на гостя сжавшись, отодвинувшись, с испуганным любопытством и сочувствием.

Било Митяя с десяток минут, потом он утих, кое-как сел. Слава подал ему кружку с тёплой водой, тот её выпил и заплакал.

Заплакала и малышня. Славик тоже не удержался. Было всем им, конечно, жаль Митяя, обидно, что такая страшная у него болезнь, отделившая его ото всех, даже от малых ребят.

И ещё о чём-то непонятном плакали все они...

Митяйка встал на карачки, потом в полный рост и, что-то гугня, вышел из избы. После этого он хоть и приходил к ребятам, но совсем уж ненадолго, минут на пять-десять. Слушал радостные вопли, лопотал что-то своё, вроде рассказывал о жизни. И удалялся.

## 12

А потом Нюра снова понесла. Славик не сразу разглядел, что мама опять округлилась, но заметил, что стали они с отцом меньше пить. Чаще стали дома бывать, и это его обрадовало. Дойка и корм для свиней опять вернулись к взрослым. Матрёша опять дожидалась брата после уроков, хотя к той поре она уже подросла и занятия у неё длились почти столько же, сколько у Славы. Но от привычек отказываются с трудом.

А Славик теперь почаще ходил на баскетбол.

Попробовал он записаться и в школьную библиотеку — чего там записываться, ихняя же учительница после уроков по часу сидела в комнате с книгами. Но были эти книжки все какие-то не новые, с пожелтевшей бумагой и картинками выцветшими, и не очень привлекали школьный народ. Слава взял книжку-другую, попробовал углубиться, но дома его то и дело отвлекали хозяйские заботы, и он вернул книжки обратно, а новых не взял.

Он знал, что это плохо, но думал, может быть, первый раз о себе: как он будет жить, когда вырастет, куда и как пойдёт, ведь без хорошей грамоты нынче никуда, и надо бы читать, а в старших классах ещё и на компьютере научиться.

Но всегда какое-то раздвоение в себе находил.

Одно дело — понимание. А второе — делание. И вот это делание наваливалось на понимание, все эти хлопоты и заботы. И понимание отступало куда-то вдаль, на потом.

Слава давно уже понял, что в селе ни за что не останется, а то как маманя с папаней — таким же придётся стать. Но дальше этого он пока ничего не знал и не понимал. Особенно когда спрашивал себя совсем не по-детски: а что будет с Матрёшей, куда она? А с Настёной, Алёнкой, Гришуткой? И неизвестным дитём, которого ещё только запланировали мать с отцом?

Ходил в такие дни и часы Славик какой-то пустой, что ли. Смотрел на людей, а их не видел. Говорил, а и сам себя не слышал.

Горькое горево как будто изнутри к горлу подползало от простой мысли, что ходу у него не будет никогда, а всегда будет дума о пьющих матери и отце, а дальше — о Матрёше и всех остальных, потому что ему всех их жалко, и всё! А чтобы самому добиться хоть малого, надо не пожалеть их. Пожалеть себя. И сильно чего-то захотеть.

Слава уже давно знал, что как только начинает задумываться, жизнь вокруг становится хуже. Всякая мысль о самом себе превращается не в счастье, не в надежду и будущую возможность, а как раз в невозможность. Единственное спасение — не думать.

И он пробовал. Старался. Но не получалось.

А мамино укороту ненадолго хватило. Снова они принялись за прежнее. Опять — сначала за обедом, потом уходили — появилась у них в друзьях ещё пара пьющих семей. Шлялись по гостям, потом зазывали гостей к себе. Малышня, как мебель, задвигалась в угол, мать с утра мастерила закуску, а когда являлись гости, теперь не помалу, шум стоял, даже ор, и мужики, не смутясь присутствия детей, курили, не выходя на волю, потому как жаль было прерывать интересные разговоры.

Не разговор — толковище. И совсем не интересное, а глупое, всё об одном и том же — как тяжело жить.

Слава, наверное, уж на память разучил несуразные и без конца повторяемые речи, и одного не мог никак понять — почему эти взрослые, да и отец, и сама мать не понимают, что она на сносях? Как же им его-то не жалко, будущего младенца?

Обижаясь за этого неведомого человека, он поначалу молча уходил на баскетбол. За ним увязывалась Матрёша, и он знал, что ей хорошо от того, что часа два просидит в спортзале, глядя, как бегают его команда. Но сам-то он горевал. Ну как же! Опять одни! А он сбежал!

И чего делать?

Нет, не сразу, а много стерпев и много исполнив домашних хлопот за мать с отцом, надумал Слава однажды сказать им своё слово.

Это было поутру, когда они, хоть и с похмелья, но понимают, о чём речь, а ему сейчас в школу, и времени — три минуты...

Он сказал:

— Бросьте пить!

Не знал, как это сказать, перебирал всякие слова, чтоб, может, с подходом, а получилось грубо, хотя и прямо. Повторил:

— Бросьте пить!

Они даже приостановились, поражённые. Но это длилось чуть больше мгновенья. Мать держала в руке влажное полотенце — руки вытирала. Этим полотенцем и заехала Славе прямо в лицо. Не больно, а обидно. И прокричала, как прокаркала:



— Яйца курицу не учат!

Слава заплакал, схватил сумку, а на пороге обернулся и крикнул яростно и громко:

— Бросьте пить!

И прибавил:

— Ребёнка пожалей!

О! Это была не речь деревенского несмышлёныша! Получился какой-то приговор! Какая-то угроза матери, и от кого? От сына-пятиклассника.

Он заметил, как она побледнела и кинулась за ним с полотенцем, да отец перехватил её, остановил.

Слава побежал в школу. И только промчавшись метров двести, остановился. Подождал Матрёшу. Она догнала, запыхавшись, сообщила:

— Мирятся! Наливают!

После уроков он не хотел возвращаться домой, а куда в селе-то денешься? Да и Матрёша, всё понимая и чувствуя, одна не шла, не отставала, и косенькие глаза её, блеклые, светло-голубые и какие-то жалкие, выражали терпение, кроткое смирение.

Его поразила тогда материнская встреча. Едва он угрюмо, не ожидая ничего доброго, переступил порог, мать кинулась к нему, обняла и заплакала:

— Прости, сынок! Прости! Но ты же видишь — одни мы! И никому не нужны! Отец сколько лет без работы! И как быть — никто не скажет!

Слава ко всякому готов был, но не к такому взрослому разоружению, хоть от мамы несло, как всегда, а может, и посильней, чем обычно.

Он растерялся, выпустил из рук свою школьную сумку, крепко схватился за мать и тоже заплакал, даже завыл — такой жалости он не испытывал ещё...

Раньше жалел малышню и любил её, безответную, а родителей во всём корил, хотя ведь в основании-то и их любил, но любил, как казалось, только с его стороны — взрослые вроде совсем перестали обращать на него внимание. И с каждым новорождённым всё меньше доставалось ему не то что добрых слов, но даже ободряющих взглядов.

Его будто зачислили, без его согласия, во взрослые люди и не спрося свалили на него разные тяготы. Всё реже с ним разговаривали, отдавая только приказы, а чаще и без них обходясь, зная, что на старшем лежат, почитай, всякие, без разбору, семейные грузы, которые он волокёт без лишних споров и обсуждений...

И вот он потерял их почти — отца и мать. Перестал чувствовать, знать, что он им нужен просто так, и стал будто бы замерзать в ответ. За словами «мать» и «отец», как Славе казалось, всё меньше и меньше оставалось интереса к нему, а у него интереса к ним. Одни попойки, неубранность в доме, непорядок во всём, даже в виде немногой скотины, не говоря про детей... И он не выдержал... И вот она... И вот они...

На этом и закончилось короткое семейное объяснение. Мама плакала, и Слава плакал, а

отец сидел, сжав голову, тупо глядя в столешницу, и сын понял, что отец опять пьяный. И он сказал, не требуя, а умоляя:

— Мама! Не пейте!

Нюра отступилась от сына, пошатываясь, присела к столу, нашла гранёную стопку самогона, но остановилась — глядя на немудрёную эту посудинку, шибко сподручную для русского самоубиения...

## 13

А потом родился малыш, его нарекли Сеня, то есть Семён, и хотя даже не шибко образованный Слава беспокоился о его здоровье по причине сплошных родительских выпивок, явился он на свет Божий, будто во зло всем рассуждениям на эту тему, крепким, здоровым и радостным.

Семейный мир переменялся; даже самый малый из предыдущих, Гриша, почувствовал новое его качество. Всё как будто бы закружилось вокруг Сени, разумеется, вместе с мамой, да и Нюра с какой-то странной готовностью вдруг переменялась, решительно закрыв всякие пьянки-гулянки и отвергнув новые знакомства, не проходившие без надоевших пьяных утех.

Она и внешне переменялась — рыхлая кожа лица обтянулась, морщины разошлись, и она посвежела, оказавшись вполне ещё молодой женщиной. Переменялось и её поведение — она вдруг притягивала кого-нибудь из своих детей и целовала, целовала, гладила по голове, будто спохватилась, поняла, наконец, что собственные её, кровные детишки недоцелованы и недоласканы. И тут сразу выстраивалась очередь, первое место в которой получали, не считая Семёна, малой Гришутка, Алёна, Настёна, Матрёша, а уж в последний черёд сын Слава, почти мужик, почти взрослый человек, во всяком случае, умелый хозяин в доме.

Славик от маминых поцелуев хоть и уклонялся, показывая детскому обществу особое всё же в нём положение, но душа-то, по-прежнему детская, как-то обваливалась в низ живота, сердце вздрагивало и колотилось чаще, и он, хоть и уклонялся, отбивался даже, а сам улыбался и ликовал.

Раза три-то в день, это точно, — утром, в обед и перед сном — вся малышовая рать окружала улыбающуюся, приветливую, молодую новую мать и с лопотаньем, восклицаниями и радостным писком сотворялось это ликование любви и гармонии, и даже отец с удивлением взирал на эти сцены, молча, без всяких слов качая головой. Слава видел, как иногда в отцовых глазах блистают слёзы. Тогда старший отворачивался, а почти взрослый сын его, перешедший в пятый класс, жалел этого человека за его немногословность, за то, что он живёт без работы, без надежды на неё. И к тому же ведь эти радостные пока сцены можно и по-другому оценить: ещё одно грузило себе на шею нацепил, как с ними со всеми выплывешь в бездонном-то море без зарплаты — только на детские пособия?

Счастливая пора, которой, сам того не ведая, Сеня одарил семью, продолжалась до тех только пор, пока Нюра кормила его грудью.

Потом она обвязалась чистым платком, подала Сене первую кашку, поглядела, не срыгнёт ли, не замается ли животиком, но парень удался на славу, закалённый, видать, в суровых маминых боях, и взрослые отметили это крепким застольем.

Происходило оно не на глазах у детского мира, а где-то вдаль, и перед уходом, взволнованная, видать, предстоящим, но всё же помолодевшая, с сияющими глазами, мама поглядела на Славика, на Матрёшу, снова на Славу, что-то значительное обдумывая про себя, и сказала, обратившись всё же к Матрёше, что она просит её покормить Сеню тогда-то и тогда-то, сменить его пелёночки, когда начнёт кряхтеть, обмыть водой из чайника, но не горячей, и прочие, прочие нужные, конечно же, подробности.

Этим Матрёша как бы назначалась заместителем мамы по вопросу о Сене, а Слава, который давно и прочно заслужил положение хозяина, мог слегка и вздохнуть.

Слава слушал почти радостное мамино воркованье, опустив голову и понимая, что всё начинается сызнова. Когда они с отцом уже стояли в дверях, оглядывая оттуда своё славное воинство, вполне трезвые, хорошие, но — вот беда! — радостно возбуждённые предстоящим, Славик сказал им на прощанье, как бритвой полоснул:

— Не пейте!

Взрослые враз потухли, отвернулись от сына и от всех, кто стоял за его плечами, от своего сладкого, зависимого и доброго мира, распахнули дверь и крепко её за собой закрыли. Даже хлопнули.

Славик нежданно для себя подумал о них совсем по-взрослому: нет, они не жертвы, раз им никого не жалко, они не хотят сохранить самих себя — хотя бы для своего же собственного детского стада.

Они уклоняются от чего-то важного и для всех обязательного. Они, наконец, предают.

И ещё он подумал: надо их остановить.

## 14

Всё оставшееся словно спрессовалось в один бесконечно длинный день, а, может быть, даже просто в одну мысль, которая не отпускала Славу. Он вставал с ней и ложился, тоже погружённый в неё, и всё, что вокруг, отошло в сторону.

Собственно, переменись хоть немного Нюра с Николаем, да хоть просто остановись, задумайся, оглянись они — и всё ещё могло бы развернуться по-другому. Но родители словно с цепи сорвались. Каждый день — то дома, то в гостях, у таких же, как они, бедолаг, людей совершенно нового склада.

...Слава сказал им ещё раза три:

— Не пейте!

— Не пейте!

— Перестаньте пить!

И все потом вспоминали, особенно Матрёша: три раза. В последний раз прибавил:

— А то я повешусь!

Мать зыркнула на него, ничего не ответив, и опять прошло несколько дней — одинаковых своей похожестью.

В школе Слава совсем замолк, и учителя, добрые души, предпочли его не трогать — не спрашивали на уроках, не требовали ответов, не вызывали к доске. Вообще не говорили с ним.

Ещё Славик перестал ходить на баскетбол.

Как заведённые солдатики, братец и сестрица шагали по утрам в школу, а после уроков двигались домой. Дверь в воротах их дома захлопывалась и вновь открывалась утром, когда надо было следовать на уроки. Не считая, конечно, ходьбы взрослых — куда-то в гости и откуда-то из гостей.

В тот день Славик с Матрёшей, как обычно после уроков, сперва обеспокоились беспомощным живым миром; брат — накормил скотину, сестра обиходила Сеню. Отца с матерью не было. Первый раз брат и сестра ушли из дому, оставив детей одних. Ими управляла Настёна.

Потом старшие учили уроки.

Дальше Слава стал куда-то собираться, и Матрёша увязалась за ним, хотя он нестрого приказывал ей остаться с младшими. Но ведь Настёна уже хозяйничала тут одна: значит, похозяйничает ещё малость.

Была поздняя слякотная осень, ребята шли, оскальзываясь, и Славик молчал, хотя Матрёша пробовала его разговорить.

Село раньше было большим, но теперь оно сжалось, скукожилось, многие дома выпали, будто зубы во рту когда-то молодого хозяина.

Ребята пришли в чужой дом, там их знали. Конечно, и мама с папой, вскипячённые выпитым, радостно приветствовали своих чад нетрезвыми междометиями. Но Слава не поддался ни на какие знаки симпатии и сказал:

— Пойдёмте домой!

Нюра замахала руками, а отец захохотал.

— Что ты! — сказала нетрезво Нюра. — Или мы малые дети? Когда надо, придём!

Славик произнёс дрожащим голосом:

— Хватит пить!

И тогда пьяный Николай, вихляя, подгрёб к сыну и прилюдно хлобыстнул ему по лицу.

Слава страшно побледнел. И крикнул два раза:

— Эх вы!.. Эх вы!..

Матрёша потом рассказывала, что попробовала взять Славу за руку, и он сначала дался — но рука у него тряслась, и весь он дрожал. Он руку свою у Матрёши не выдернул, а осторожно утянул.

Обратно шли молча.

Возле дома, голосом построжавшим и взрослым, Слава велел Матрёше идти к Сёме и ребятам. И зачем-то неумело поцеловал её в лоб.



Она заплакала — это было неспроста. Но не возразила, послушалась — там малышня требовала пригляда.

— Счас приду! — ободрил её Славик. И отправился куда-то к сарайке.

## 15

Родители пришли поздно, дети спали, кроме Матрёши, и она попробовала растолковать матери, что Славы чего-то нет дома, уже давненько, а Нюра на это улыбнулась:

— На сердитых воду берут...

Наутро Матрёша подняла тревогу — Слава никогда не убежал из дому. Родители, слегка пришедшие в себя, обыскали двор и ничего не поняли, послали Матрёшу в школу, может, он туда, где-то переночевав, направился? Но сестрёнка его в школе не обнаружила, зато учителя присоединились к поиску, позвонили в милицию.

Когда участковый на старом мотоцикле с коляской, где сидела Матрёша, подъехал к избе, отец уже стоял над телом Славы, лежащим во дворе на подкинутой под него телогрейке.

Отец нашёл его неподалёку от дома, в лесочке, сильно поредевшем в последние годы. Он висел в верёвочной петле на крепком кленовом суку и уже давно окоченел.

Было ещё довольно рано, грязь прихватил первый морозец, и она смирилась, притворилась простой землей.

Но небо! Небо будто высветилось до самых высоких глубин, и вдали от этой чистоты и ясности снова развиднелись далёкие розовые горы, к которым хочется идти, бежать, лететь, ведь там, наверное, можно найти покой и радость.

Слава любил смотреть в ту сторону...

## 16

На похороны сошлось почти всё село, потому что все удивлялись такой смерти.

Хоть покойных не кланут, да ещё в миг похоро-

рон, взрослые говорили, что наказывать пьющих родителей собственной смертью — сущая блажь и недостойный выход: сейчас все пьют.

Дети же не голодали? И старшие в школе! И маленькие здоровые!

На поминках мама и папа выключились раньше всех. Косоглазенькая Матрёша, когда разошлись взрослые, уложила малышкой спать. Настал её черед. Никто не плакал, не ёрлся, все притихли. Будто признавали Матрёшу старшей.

Уторкав малышку, она вышла во двор.

В замерзшем, околевшем дворе стоял, качаясь и подняв голову к небу, Митяйка, дядя Митя.

С неба глядел круглый зрачок белой луны. А Митяйка качался. И было тихо.

И вдруг кто-то завыл.

Матрёша подумала, что это какая-то приبلудная собака. Но вой был не собачий. Скорее — волчий, очень жуткий. Девочка поняла — это воет Митяйка, и заплакала...

Но что с них возьмёшь: один — припадочный больной, ни за что не объяснит, почему воет.

А другая — девочка, потерявшая брата.

## 17

Я должен был написать эту повесть. Не мог не написать, потому что, может, хоть она станет памятником Славiku.

Продрогший до звона деревянный крестик на его могилке, сколоченный полоумным Митяйкой, и слова этой эпитафии — дай-то Бог, чтобы они прошибли хоть кого-нибудь!

**P. S.** По неполным данным государственной статистики, с 2007-го по 2011 год в России покончили самоубийством 14 157 несовершеннолетних.

2012



# ВЫСТОЯТЬ, А НЕ СЛОМАТЬСЯ

Программа работы с детьми, склонными к суициду,  
родителями и первичной профилактики  
суицидальных рисков в подростковой среде

**Автор-составитель:**

**Елена ЧЕРЕДОВА,**

*кандидат педагогических наук, научный волонтер  
научно-исследовательского «Института детства» Российского детского фонда*



# Введение

**С**емье и отдельной личности в период жизненных кризисов свойственно искажение субъективного образа мира, т.е. представлений и отношении к себе и к миру в целом. Суицидальные мысли и фантазии в этот момент очень распространены.

По данным отчёта Детского фонда ООН за последние годы значительно увеличилось число суицидальных попыток и завершённых самоубийств среди молодежи и даже детей. Самоубийство подростков занимает третье место среди ведущих причин смертельных случаев и четвертое среди основных причин потенциальной потери жизни. Анализ материалов по исследованию суицидов показывает, что 62% всех самоубийств несовершеннолетними совершается из-за конфликтов и неблагоприятия в семье, чёрствости и безразличия окружающих. В целом ряде случаев подростки решались на самоубийство из-за безразличия родителей, педагогов на их проблемы и протестовали, таким образом, против безразличия и жестокости взрослых. Решаются на такой шаг, как правило, замкнутые, ранимые по характеру, страдающие от одиночества и чувства собственной ненужности, потерявшие смысл жизни дети. Также причиной суицида может быть алкоголизм и наркомания родителей, индивидуальные психологические особенности обучающегося, внутрличностный конфликт.

Суицидальные действия у детей часто бывают импульсивными, ситуативными и не планируются заранее. Попытки суицида являются следствием непродуктивной (защитной) адаптации к жизни — фиксированное, негибкое построение человеком или семьей отношений с собой, своими близкими и внешним миром на основе действия механизма отчуждения: попыткам разрешить трудную жизненную ситуацию непригодными, неадекватными способами.

Необходимо иметь в виду, что конфликтная ситуация ребенка или подростка может складываться из незначительных, мимолетных, по мнению взрослых, неурядиц.

Повышенная острота восприятия — черта, характерная для всех молодых людей, поэтому все то, что кажется «глупостью» взрослым, может

иметь для подростков решающее значение. В то же время у подростка с его максимализмом, эгоцентричностью, неумением прогнозировать свою жизнь создается ощущение безысходности, появляется чувство отчаяния, одиночества. Это делает любую конфликтную ситуацию суицидоопасной для подростка.

Ближайшее окружение подростка — это его семья. Как правило, внимательные и наблюдательные родители сразу же замечают нарушение поведения, снижение успеваемости, конфликтность, капризность, обидчивость, что является проявлением депрессивного синдрома. Зачастую взрослыми из-за отсутствия необходимых знаний и навыков общения такое состояние оценивается как лень, распушенность, следствие собственного плохого воспитания. Подростков упрекают, стыдят, наказывают. Родители применяют различные меры воздействия на подростка.

Подобная неадекватная оценка душевного состояния депрессивного подростка создает тяжелейшие конфликтные ситуации. Своевременное просвещение в вопросах, касающихся особенностей психического развития детей и подростков, а также тренировка навыков эффективного общения помогут родителям найти общий язык со своими детьми, восстановить утраченное доверие и чувство поддержки, и, таким образом, значительно снизить стремление к уходу из жизни.

Данная программа включает в себя две подпрограммы (для родителей и самих подростков), направленные на профилактику формирования основных суицидальных факторов в системе семейного воспитания и в процессе развития личности несовершеннолетнего.

Данные подпрограммы могут реализовываться параллельно для повышения общей эффективности профилактической деятельности. Каждое мероприятие можно проводить как отдельно, так и в сочетании с другими.

Подпрограммы ориентированы на групповые формы работы и включают в себя лекционные, семинарские занятия, круглые столы, тренинговые занятия, групповые консультации для родителей, а также тренинговые занятия для подростков.

# Подпрограмма «Родительский всеобуч»

**Цель:** повышение психологической и коммуникативной компетентности родителей (законных представителей).

**Задачи:**

- просвещение родителей по вопросам психологических особенностей развития детей различного возраста;
- повышение осведомленности родителей в вопросах воспитания и формирования гармоничных условий для развития ребенка;
- оптимизация взаимоотношений в детско-родительской среде;
- информирование родителей (законных представителей) о факторах возникновения суицидального риска.

## Конечные результаты

Ожидается, что по завершении программы будут получены следующие результаты:

- у родителей будут сформированы знания о психологических особенностях детей подросткового возраста;
- повышен уровень педагогической компетентности у родителей;
- снижен уровень конфликтности в детско-родительских отношениях;
- повышен уровень информированности о факторах возникновения суицидальных рисков.

## Основное содержание подпрограммы «Родительский всеобуч»

Профилактические мероприятия данной подпрограммы направлены на купирование факторов, способных привести к возникновению суицидальных рисков и предполагают реализацию следующих форм работы с родителями:

1. Просветительские мероприятия:

- родительский лекторий;
- семинар-практикум;
- круглые столы.

2. Интерактивные мероприятия:

- тренинговые занятия;

3. Консультативные мероприятия:

- групповые консультации.

## Просветительские мероприятия

### 1. Родительский лекторий

Лекторий — форма работы, наиболее простая в организации. По форме лекторий напоминает расширенное тематическое родительское собрание. Основное преимущество лектория в том, что он предполагает охват большего количества участников, например, он может предназначаться для родителей всех учеников седьмых–девярых классов.

Основной недостаток, связанный с этим, — малая возможность для получения от родителей обратной связи или обсуждения конкретных вопросов. Поэтому формой работы, сопровождающей родительский лекторий, обычно являются семинары, позволяющие задать необходимые вопросы,

обсудить со специалистом или другими родителями различные точки зрения.

Для того чтобы родители имели возможность обратиться к материалу или подробнее его изучить, имеет смысл предоставить родителям материалы лектория (памятки, краткие конспекты и т.п.) Если ресурсы позволяют, можно подготовить раздаточный материал для участников лектория. Однако, поскольку количество участников на лектории может быть большим (и малопредсказуемым), можно разместить эти материалы в электронном виде для скачивания на сайте учреждения.

## Содержание родительского лектория (по темам, разделам)

### Тема 1. Психологические особенности развития детей подросткового возраста

#### Содержание лекции

Подростковый возраст — один из самых разнообразных изученных периодов онтогенеза (физиология, психология, социология, культурология, антропология и др.), но, тем не менее, он все равно остается в центре внимания как ученых, так и практиков. Этот неугасающий интерес обусловлен тем, что данный этап развития особенно чувствителен ко всем жизненным изменениям, которые часто проходят незамеченными для взрослых и с которыми мы сталкиваемся уже в несколько преобразованном, гипертрофированном виде в лице подростков. Поэтому в своих пока вполне узнаваемых взрослеющих детях мы встречаем новых людей, принадлежащих уже иной эпохе, приметы которой далеко не всегда



нас радуют. Однако главная причина трудностей заключается не в разнице поколений. Нам трудно с ними, потому что очень трудно им.

Самая главная проблема, которую решает подросток — это проблема построения Я-концепции или создания теории о самом себе. Необходимыми условиями ее успешного решения являются следующие:

— направляющий вопрос («Кто я?», «Какой я?», «Что во мне общего с другими людьми?», «Что во мне уникального?» и т.п.);

— наличие материала или достаточного объема жизненного опыта (успех/неудача в разных видах деятельности, багаж взаимоотношений с другими людьми — родителями, педагогами, ровесниками, разнообразие эмоциональных переживаний, впечатлений и др.);

— правильный инструмент, т.е. довольно высокий уровень развития мыслительных операций, который позволит абстрагироваться от деталей и интегрировать имеющийся материал (знания о мире и о себе в этом мире) в некую стройную систему.

Я-концепция, как и любая теория, должна быть непротиворечива и позитивна окрашена, т.е. подросток должен быть убежден в том, что его индивидуальность интересна и значима не

только для него, но и для других людей. Очевидно, что процесс открытия самого себя сам по себе очень сложный: кому-то может не хватать для этого материала (некой информации о себе настоящим), а кто-то недостаточно хорошо владеет инструментом (присутствует дефицит интеллектуальных функций) и др. Но и это еще только программа-минимум. Ведь собственную личность надо обнаружить не только для себя, но и для других людей: «Вот я — единственный, неповторимый и нужный на Земле».

Два взаимосвязанных и трудоемких процесса самостроительства и самопредъявления подросток осуществляет в крайне неустойчивом положении. В прямом смысле это канатоходец, который вынужден балансировать между миром детства (из которого он уже вышел) и миром взрослых (куда он еще не готов войти). Добавьте к этой существующей шаткости положения еще обремененность нашего канатоходца различного рода грузами (недостатком опыта, сомнениями в правильности сделанных обобщений, тревогами и страхами и т.п.) — и тогда станет понятной неизбежность многих более частных проблем взросления. Рассмотрим их более детально, обозначив как нормативные трудности.



## Новое тело и трудности его освоения

Для человека тело выступает основным инструментом его взаимодействия с окружающим миром (природным, культурным, социальным). Это в прямом смысле дом, в котором обитает нематериальная душа. Для взрослых переживания собственного тела довольно малозначимы, поскольку этот дом уже давно освоен и обжит, он стал привычным. На свое тело мы начинаем обращать внимание, только когда оно заболело, устало, сломалось, т.е. если оно перестает подчиняться и послушно выполнять все команды.

У подростков в связи с пубертатной революцией тело резко меняется. И эти быстрые перемены требуют определенной внутренней работы, чтобы познакомиться со своим новым физическим обликом. Эта работа над собственной внешностью в основном протекает как деятельность сравнения, которое осуществляется в разных плоскостях, ведущей из которой является координата «мое тело — образцовое тело». Как появляется образец того, что считать красивым телом? Этот идеал складывается из разных источников, основным из которых сегодня выступают СМИ, активно тиражирующие яркие образы успешных мужчин и женщин с определенной внешностью.

В силу довольно скромного жизненного опыта и слабости индивидуального Я подростки некритично (т.е. в прямом смысле бездумно, на уровне внушения) усваивают транслируемые СМИ стереотипы и начинают жестко им следовать: детально изучать по глянцевым журналам внешность и туалеты «звезд», а потом часами страдать у зеркала по поводу своих глаз, губ, носа и т.п.; до анорексии бороться с надуманными лишними килограммами; стигматизировать ровесников, далеких по своим параметрам от эталона и выделяющихся из большинства (рыжих, толстых, очкариков, старомодно и бедно одетых и т. п. — конкретная стигма зависит от местных условий и авторитетов, то, что в одном учреждении считается важным, в другом может таковым не быть).

## Новая реальность отношений и сложности их перестройки

В подростковом возрасте сложившиеся ранее связи с другими людьми подвергаются коренной перестройке, основным руслом которой выступает переориентация с авторитета взрослых на авторитет ровесников. Остановимся на наиболее острых моментах этой трансформации.

## Развенчание авторитета родителей

Проведенное подростком сравнение своих родителей с другими взрослыми часто приводит его к довольно болезненному открытию — мои мама и папа далеко не такие совершенные и всемогущие люди, как я раньше о них думал. Оказывается, они могут быть слабыми, беспомощными, неумелыми и т.п. Крушение детских иллюзий у некоторых протекает очень мучительно, с неспра-

ведливыми обвинениями и долгими обидами в адрес родных.

Одним из серьезных испытаний, которым подвергаются родители многих подростков, выступает активное сопротивление и неповиновение растущих детей. Такое поведение является не только следствием происшедшего разочарования в бесконечности родительской силы. Это также проверка своих новых, возросших возможностей. В первую очередь взрослым требуется набраться терпения. Раздражающие реплики типа «Не хочу...», «Не буду...», «Ты не понимаешь...» во многом напоминают бурю в стакане воды и относятся, условно говоря, к пене жизни (какую музыку слушать, какой формы надевать брюки и какой длины юбку, в какой цвет красить волосы...), но не затрагивают фундаментальных ценностей. Этой основы протестное поведение подростков и не может касаться, поскольку она уже давно сложилась (примерно, к 5–6 годам) и повторяет родительскую систему жизненных ориентиров. По большому счету подростковые бунты возникают как реакция на чрезмерное количество запретов и ограничений, сдерживающих естественные потребности роста. Выход из обсуждаемых сложностей взаимоотношений состоит в изменении взрослыми своего поведения: чем больше мы пытаемся привязать подростка к себе, тем сильнее он хочет вырваться из на-







ших объятий, и наоборот, ощущение свободы (но только в обязательной связке с полной ответственностью за себя и свои действия) побуждает его к большей близости (посоветоваться, проанализировать и т.п.).

### **Интимные отношения с ровесниками: дружба и любовь**

Для подростков интимные отношения означают откровение, основанное на полном доверии друг к другу. Только такие отношения позволяют растущему человеку по-настоящему раскрыться и полнее узнать себя настоящего. Подобные отношения — это не только большая радость (ощущения единства, сплоченности, полного взаимопонимания и поддержки, парения над землей), но это всегда и очень высокий риск (предательства, измены, манипулирования, передачи сокровенной информации и др.). Поэтому в своих первых интимных отношениях подросток как натянутая струна, все чувства обострены до предела, ведь все впервые и абсолютно все (т.е. он сам, его самые глубокие переживания, тайны, страхи, мечты и др.) поставлено на карту.

На протяжении подросткового возраста отношения с ровесниками сильно эволюционируют. У младших подростков (примерно 10–12 лет) есть период дружбы только по половому признаку, на протяжении которого миры девочек и мальчиков четко отделены друг от друга и фактически не пересекаются, а иногда и открыто враждуют.

У старших подростков растет интерес к противоположному полу. Этот феномен находит свое объяснение в психосексуальной теории развития З. Фреда. Суть личностного развития З. Фрейд понимал как изменение вектора жизненных удовольствий: маленький человек радуется, когда он получает от других, взрослый (не автоматически по хронологии, а по психологической зрелости) же, наоборот, доволен, когда отдает. Этот переход от получения любви к ее бескорыстной отдаче как раз и начинается в подростковом возрасте. Если в детстве ребенок только получал, то теперь он должен учиться отдавать, т.е. направлять свой интерес, внимание и заботу на других людей. Сделать это первоначально проще на человеке, похожем на тебя самого, т.е. одного пола. Поэтому период однополых компаний младшего подросткового возраста — это в прямом смысле тренировка или подготовка к будущим, более сложным отношениям с разными людьми.

### **Самостоятельные размышления над своей личностью**

Осуществляемое подростком обобщение накопленного опыта, анализ текущих взаимоотношений, поиск общего и различного с другими людьми, знакомство с новыми идеями, создание своего нового образа, прогнозирование впечатлений от его действия, построение планов на будущее и т.п. — все это требует значительного времени и усилий. Поэтому самоанализ приобретает в подро-



стковом возрасте статус самостоятельной деятельности. Стремление отгородиться, остаться одному, чтобы подумать, со стороны кажущееся бессмысленным «просто сидение/лежание», периодическое «витание в облаках» означают (конечно, в умеренных масштабах, т.е. когда они не мешают подростку сохранять полноценные контакты с реальностью), что растущий человек трудится над выполнением своей основной задачи — активно переосмысливает себя самого и окружающий мир.

### **Непредсказуемость поведения**

Резкие перепады настроения, повышенная раздражительность и нервозность подростка — все это выступает еще одним фактором, затрудняющим взаимодействие между взрослыми и детьми. Причины такого поведения имеют как биологическую природу (происходящая в пубертате объективная гормональная перестройка, напрямую влияющая на самочувствие и настроение), так и психологическую. К ведущим психологическим детерминантам относятся: недостаточная сформированность на предшествующих стадиях развития механизмов саморегуляции (т.е. подросток не умеет справляться с сильными эмоциями, они его в буквальном смысле захлестывают); обостренная чувствительность к оценке и мнению о себе (часто «выскивают» во взглядах, репликах других людей нечто про себя, что



выступает поводом для бурной радости, неожиданного гнева и др.); успехи/неуспехи в решении задач самопознания (что-то не получается, незначительное с точки зрения взрослого, но значимое для подростка; пришло в голову некоторое сравнение; не дождался обещанного звонка от друга/подруги и др.).

### **Трудности самопрезентации**

Итогом скрытой, внутренней деятельности по построению Я-концепции выступает представление своей новой личности для других людей. Это представление выступает как желание выделиться, тем самым показав всем свою уникальность, и самоутвердиться в качестве взрослого полноценного человека как в глазах других, так и в своих собственных. Молодые люди довольно часто совершают ложный выбор содержания и способов самопредъявления.

### **Реакция группирования**

Первоначально, поскольку Я-концепция еще очень хрупкая, предъявить себя миру безопаснее в группе подобных. Реальная слабость Я у подростков часто компенсируется мощным «стадным» инстинктом. В группах вырабатываются какие-то свои отличительные знаки (фенечки, речевые обороты, поведенческие ритуалы и др.). Эти маркеры необходимы, чтобы можно было четко и безошибочно определить, где свои, а где чужие. В норме, к 13–14 годам, когда собственное Я достаточно прояснится и окрепнет, необходимость в подобной группе сама собой атрофируется.

### **Погоня за внешней атрибутикой взрослости**

По наивности некоторые подростки акцентируют внимание только на внешних атрибутах взрослости, таких формах поведения, которые были однозначно табуированы в детстве (курение, принятие алкоголя, нецензурная брань, ночные тусовки и т.п.). Им кажется, что воспроизведение модели поведения уже само по себе является свидетельством принадлежности к взрослому миру.

### **Модификации своего тела**

Выбор подобного способа самоутверждения позволяет подростку довольно быстро решить задачу «выделения из толпы», тем более, что сегодня существует довольно большой выбор соответствующих средств: пирсинг, татуировка, наращивание рогов и хвостов, ядовитые цвета волос и ногтей).

Часто подобные процедуры довольно болезненны и рискованны. Но это не только не отпугивает, а, напротив, привлекает некоторых молодых людей. Проведение таких модификаций с собственным телом служит дополнительным доказательством силы, готовности встретиться с опасностью и т.п., иначе говоря, в результате подросток получа-





ет определенный материал для самостроительства, для восполнения недостающих кусочков мозаики собственной личности. Взрослым полезно эту потребность — обладания информацией о себе настоящим — направлять в полезное и безопасное для здоровья русло, расшифровывая те качества, которые нужны в других делах. Например: прыгать на тарзанке — это действительно смело, но и только! А вот выступить со сцены (сказать «нет» и т.п.) — для этого нужны и смелость, и сила воли, и умение справиться с волнением и др. Т.е. учитывая острый интерес подростков к личности, полезно детальнее раскрывать те черты, которые стоят за вполне привычными действиями.

### **Стремление к гаджетам**

Позволяет решить проблему выделения из группы еще легче и быстрее, чем модификации собственного тела. В случае подобного выбора подросток вообще не прилагает никаких усилий, не проходит никаких испытаний самого себя. Он демонстрирует другим некую экстраординарную вещь (сегодня, это в основном некие супер-медиаустройства — мобильные телефоны, планшеты и др.)

Такой способ самопрезентации может рассматриваться как показатель сформированности потребительской направленности личности, что вполне ожидаемо для общества потребления, отождествляющего ценность человека с теми вещами, которыми он владеет. Если родители свою заботу о ребенке понимают как «одеть и накормить», «чтобы был не хуже других» и подменяют любовь подарками, то вполне закономерно, что и взрослеющий человек бу-

дет показывать не собственную личность, а вещь, тем более приобретенную другими.

Таким образом, рассмотренные выше неверные способы самопрезентации говорят о неуспехе подростка в решении задач взросления, поскольку он в принципе не понимает сущности взрослой жизни, ориентируясь только на некие ее формальные внешние выражения.

По большому счету суть подросткового возраста заключается в экспериментировании с самим собой, в примерке на себя различных образов, моделей поведения, стилей одежды и т.п. Решающим в оценке правильности этих экспериментов является мнение значимых людей, которыми могут быть и сверстники, и взрослые (в том числе, педагоги и родители). Почему так важны ровесники? Потому что они удовлетворяют друг для друга важнейшую возрастную потребность — они взаимно считают себя взрослыми. Если взрослому удается вовремя заметить происходящие перемены, перестать относиться к подростку как к ребенку, которому по-прежнему надо диктовать, опекать его и др., то он тоже будет тем человеком, точка зрения которого будет для подростка не менее ценной и авторитетной, чем мнение его одноклассков.

В завершение следует отметить еще одну серьезную причину трудностей взаимодействия. По своей сущности подростки пока ничего нового не сотворили ни с собой, ни с миром. В своей личности и в своем поведении растущий человек лишь повторяет нас самих, по своему разумению несколько переиначив и переструктурировав наш образ. И нам в тягость видеть в них, как в зеркале, свои собственные недостатки. Трудный подросток —

это не только встреча с другим, но это встреча и с самим собой (новым, незнакомым и, к сожалению, не всегда приятным человеком) и это причина для самоизменения взрослого. Однако признать в себе минусы (не говоря уже о том, чтобы начать их исправлять) значительно сложнее, чем приклеить ярлык «трудного», «невыносимого», «неисправимого». Поэтому если быть совсем откровенными, то значительная часть проблем подростков, с которыми мы пытаемся героически и самоотверженно бороться, создана нашими же собственными руками.

Мы никогда не будем одинаковыми, удобными для всех (ребенок — для родителя, ученик — для учителя, подчиненный — для начальника и др.) и правильными (да и кто точно знает, что такое «правильно»?!). Но мы все, вне зависимости от возраста, нуждаемся в том, чтобы нас уважали и ценили: ведь абсолютно в каждом есть те черты, которые достойны признания и поощрения, а разделенная трудность значительно уменьшается, особенно если рядом тот человек, который видит в тебе положительный потенциал и верит в тебя.



## Тема 2. Основы семейного воспитания

### Содержание лекции

Семья — это социально-педагогическая группа людей, предназначенная для оптимального удовлетворения потребностей в самосохранении (продолжении рода) и самоутверждении (самоуважении) каждого ее члена. Семья создает у человека понятие дома не как помещения, где он живет, а как чувства, ощущения, где ждут, любят, понимают, защищают. Семья — это такое образование, которое «охватывает» человека целиком во всех его проявлениях. В семье могут формироваться все личностные качества. Судьбоносная значимость семьи в развитии личности растущего человека общеизвестна.

Семейное воспитание — это система воспитания и образования, складывающаяся в условиях конкретной семьи силами родителей и родственников.

Семейное воспитание — сложная система. На него влияют наследственность и биологическое (природное) здоровье детей и родителей, материально-экономическая обеспеченность, социальное положение, уклад жизни, количество членов семьи, место проживания, отношение к ребенку. Все это органично переплетается и в каждом конкретном случае проявляется по-разному.

Задачи семьи состоят в том, чтобы:

- создать максимальные условия для роста и развития ребенка;

- стать социально-экономической и психологической защитой ребенка;
- передать опыт создания и сохранения семьи, воспитания в ней детей и отношения к старшим; научить детей полезным прикладным навыкам и умениям, направленным на самообслуживание и помощь близким;
- воспитать чувство собственного достоинства, ценности собственного «я». Семейное воспитание имеет свои принципы. Наиболее общие из них:
  - гуманность и милосердие к растущему человеку;
  - вовлечение детей в жизнедеятельность семьи как ее равноправных участников; открытость и доверительность отношений с детьми;
  - оптимистичность взаимоотношений в семье; последовательность в своих требованиях (не требовать невозможного);
  - оказание посильной помощи своему ребенку, готовность отвечать на вопросы.

Кроме этих принципов есть ряд частных, но не менее значимых для семейного воспитания: запрещение физических наказаний, запрещение читать чужие письма и дневники; не морализировать, не говорить слишком много, не требовать немедленно повиновения, не потакать и др. Все принципы, однако, сводятся к одной мысли: детям рады в семье не потому, что дети хорошие, с ними легко, а дети хорошие и с ними легко оттого, что им рады.



Целью семейного воспитания является формирование таких качеств личности, которые помогут достойно преодолеть трудности и преграды, встречающиеся на жизненном пути. Развитие интеллекта и творческих способностей, первичного опыта трудовой деятельности, нравственное и эстетическое формирование, эмоциональная культура и физическое здоровье детей, их счастье — все это зависит от семьи, от родителей, и все это составляет задачи семейного воспитания. Именно родители — первые воспитатели — имеют самое сильное влияние на детей. Еще Ж. Ж. Руссо утверждал, что каждый последующий воспитатель оказывает на ребенка меньшее влияние, чем предыдущий.

Современное семейное воспитание переживает содержательный и идеологический кризис. Многие родители чувствуют себя потерянными, сомневаются в себе. Им приходится руководствоваться рекомендациями, которые противоречат друг другу. Все дети, конечно, разные: то, что подойдет для одного, может оказаться бездейственным для другого. Родители — тоже разные: не каждая из методик устроит всех. Однако есть несколько универсальных советов, позволяющих организовать семейное воспитание в соответствии с его основными задачами.

**1. Никогда не забывайте: именно вы несете ответственность за воспитание ребенка, так что именно вам решать, как это делать.**

Подобно всем современным родителям, вы прочли множество книг и кучу статей, в журналах и в интернете, посвященных искусству быть хорошими родителями. Вы видели передачи на телевидении, где родители, замученные своим потомством, призывают на помощь «специалиста», который готов исправить ситуацию. И другие передачи, в которых именитые психологи поучают, что нельзя ни в коем случае кричать, наказывать, злиться, требовать, шлепать, что все проблемы можно решить простым и открытым разговором. Ваши родители и бабушка с дедушкой постоянно повторяли вам, что в их времена дети ходили по струнке и никогда не позволяли себе перечить отцу...

Тут есть из-за чего запутаться. Как же быть? К каким советам прислушиваться? В теории все выглядит так убедительно, однако с вашим ребенком почему-то все получается по-другому.

В таких ситуациях, когда люди вокруг начинают смотреть на вас с неодобрением, если не с жалостью, или осыпают советами («Я бы на вашем месте...») и замечаниями («Какое безобразие...»), самое время остановиться на секунду и напомнить себе: «Ответственность несу я. Я мама, я папа. Мне решать, как именно вести себя с моим ребенком». Как все этого достичь?

- Спросите себя, какое решение кажется вам справедливым, и руководствуйтесь здравым смыслом.
- Доверяйте себе как взрослому, как родителю, ответственному за этого ребенка и за его воспитание.
- Доверяйте ребенку: сколько бы ему ни было лет, он способен научиться вас слушать, слушаться и хорошо себя вести.

**2. Найдите собственный стиль воспитания ребенка, ни с кем себя не сравнивая.**

Если учитывать все, что происходит в других семьях (о чем ваш ребенок никогда не упустит возможность упомянуть), и прислушиваться к советам близких, то можно быстро потерять голову. Вы не можете воспитывать своего ребенка так, как растили вас, даже если кое-какие идеи вы и готовы бы позаимствовать: за тридцать лет мир вокруг изменился до неузнаваемости!

## Различные стили воспитания

Манера воспитывать детей меняется из года в год, от одной культуры и социальной среды к другой. В настоящее время сосуществуют несколько различных воспитательных моделей.

Выделяют 4 основных типа семейного воспитания:

- попустительский стиль (синонимы в других источниках: индифферентный, безразличный, гипоопека, равнодушие);
- либеральный (невмешательство, в некоторых источниках либеральный стиль приравнивается к попустительскому);
- авторитарный (автократический, диктат, доминирование);
- авторитетный (демократический, гармоничный стиль, сотрудничество).

### Попустительский стиль и его характеристика

**Поведение родителей (Р.)** Родители (Р.) неосознанно демонстрируют холодное отношение к ребенку, безразличны к его потребностям и переживаниям. Р. не устанавливают для детей никаких ограничений, их интересуют исключительно собственные проблемы. Р. убеждены, что если их ребенок одет, обут и накормлен, то их родительский долг выполнен. Главный метод воспитания — кнут и пряник, причем сразу после наказания может следовать поощрение — «лишь бы не орал». Р. часто демонстрируют двуличное отношение к окружающим. На людях Р. проявляют к своему ребенку безграничную любовь и доверие, подчеркивая его достоинства и оправдывая шалости. Развивают ребенка только потому, что хотят извлечь из этого максимальную выгоду. Такие Р. любят повторять: ну и что, я сам таким был и вырос хорошим человеком. Ключевые слова попустительского стиля: *делай, как хочешь!*

**Поведение детей (Д.)** Д. предоставлены сами себе. В одиночку они вынуждены разбираться со своими маленькими проблемами. Недоласканные в детстве, они чувствуют себя одинокими. Д. полагаются только на себя, проявляя недоверчивость к другим, имеют много тайн. Часто Д. двуличны, как и их родители, демонстрируют угодничество, лесть, подхалимаж, любят врать, ябедничать и хвастаться. Такие дети не имеют собственного мнения, не умеют дружить, сочувствовать, сопереживать, ведь их этому не научили. Для них не существует запретов и нравственных норм. Про-



цесс обучения для Д. неважен, важен конечный результат — отметка, которую порой они стремятся выплакать, отстоять, оспорить. Д. ленивы, не любят труд ни умственный, ни физический. Дают обещания, но не выполняют, нетребовательны к себе, но требовательны к другим. У них всегда кто-то виноват. Самоуверенность в старшем возрасте граничит с хамством. Поведение Д. безразличных Р. проблемно, что порождает постоянные конфликтные ситуации.

### **Либеральный стиль и его характеристика**

**Поведение родителей (Р.)** В отличие от попустительского стиля, либеральные родители (Р.) намеренно ставят себя на одну ступень с ребенком, предоставляя ему полную свободу. Правила поведения, запреты, реальная помощь, которая так нужна маленькому человечку в большом мире, отсутствуют. Р. ошибочно полагают, что такое воспитание формирует самостоятельность, ответственность, способствует накоплению опыта. Р. не ставят целей воспитания и развития, пуская все на самотек. Уровень контроля низкий, но отношения теплые. Р. всецело доверяют ребенку, легко общаются с ним и прощают шалости. Выбор либерального стиля может быть обусловлен слабостью темперамента Р., их природной неспособностью требовать, руководить, организовывать. Они или не умеют, или не хотят воспитывать ребенка и к тому же снимают с себя ответственность за результат. Ключевая фраза: *делай то, что считаешь нужным.*

**Поведение детей (Д.)** Д. либеральных родителей тоже предоставлены сами себе. Совершая ошибки, они вынуждены сами их анализировать и исправлять. Став взрослыми, по привычке они будут стараться делать все в одиночку. У Д. вероятно развитие эмоциональной отчужденности, тревожности, замкнутости и недоверия к окружающим. По плечу ли Д. такая свобода? Формирование личности в таком случае во многом зависит от среды вне семьи. Существует опасность вовлечения Д. в асоциальные группы, поскольку Р. неспособны контролировать их поступки. Чаще всего в либеральных семьях вырастают либо безответственные и неуверенные в себе Д., либо наоборот неуправляемые и импульсивные. В лучшем случае Д. родителей-либералов все же становятся сильными, творческими, активными людьми.

### **Авторитарный стиль и его характеристика**

**Поведение родителей (Р.)** Родители авторитарного стиля демонстрируют высокий уровень контроля и холодные отношения. Р. имеют четкие представления о том, каким должен быть их ребенок и достигают цели любыми способами. Р. категоричны в своих требованиях, неуступчивы, любящая инициатива, самостоятельность ребенка всячески подавляются. Р. диктуют правила поведения, сами определяют гардероб, круг общения, режим дня. Активно применяются методы наказания, командный тон. Р. любят оправдывать себя

тем, что «Меня тоже наказывали, но я же вырос хорошим человеком», «Яйцо курицу не учит!». В то же время Р. стремятся дать своему ребенку все самое лучшее: одежду, еду, образование. Все, кроме любви, понимания и ласки. Ключевые слова авторитарного стиля: *делай, как я хочу!*

**Поведение детей (Д.)** Д. испытывают дефицит родительской ласки и поддержки. Они прекрасно знают все свои недостатки, но не уверены в себе и своих достоинствах. У Д. часто возникает чувство собственной ничтожности, ощущение, что родителям нет до него дела. Формируется личность со слабым Я, неспособная на контакт с окружающим миром. Результаты излишне требовательного воспитания: либо пассивность, либо агрессивность. Одни дети спасаются бегством, замыкаясь в себе, другие отчаянно борются, выпуская колючки. Отсутствие близости с родителями вызывает враждебность, подозрительность и к окружающим. Часто Д. авторитарных родителей убегают из дома или заканчивают жизнь самоубийством, не находя другого выхода. Вовремя обнаружить в себе тирана и не сломать жизнь ребенку — первоочередная задача авторитарных родителей.

### **Демократический стиль и его характеристика**

**Поведение родителей (Р.)** Теплые отношения, высокий контроль — оптимальные условия воспитания, по мнению психологов. Родители-демократы беседуют с детьми, поощряют инициативу, прислушиваются к их мнению. Они координируют действия ребенка и устанавливают правила с учетом его потребностей и интересов. Р. признают право на свободу Д., но требуют соблюдения дисциплины, что формирует у Д. правильное социальное поведение. Р. всегда готовы прийти на помощь, культивируя, тем не менее, самостоятельность и ответственность. Р. и Д. сотрудничают, действуют на равных, авторитет, однако, остается за взрослым. Демократический стиль можно назвать «золотой серединой». Ключевые слова: *я хочу тебе помочь, я слушаю тебя, я тебя понимаю.*

**Поведение детей (Д.)** Демократический стиль формирует гармоничный тип личности, что является, как мы помним, главной целью современного воспитания. Д. растут самостоятельными, инициативными, рассудительными, уверенными в себе людьми. Это могут быть совсем не идеальные дети, но они прислушиваются к замечаниям и стараются контролировать свое поведение. Д. часто становятся отличниками, лидерами в коллективе. Воспитывая детей в стиле сотрудничества, родители делают вклад и в свое будущее. Такие Д. доставят минимум хлопот, а став взрослыми, будут опорой для семьи.

Вероятно, после ознакомления с характеристиками стилей, у вас возник вопрос: «Как же так? В нашей семье не применяется ни один из этих стилей!» или «В нашей семье все стили имеют место быть!» или «В нашей семье индивидуальный стиль



воспитания!» И вы будете правы. Стили семейного воспитания не всегда применяются родителями в чистом виде. Именно родители должны решать, по каким правилам будет жить ваша семья.

Не стоит забывать, что роль родителей не ограничивается тем, чтобы угождать ребенку изо дня в день или подавлять его желания. Первоочередная обязанность — воспитывать его, чтобы он был готов к своему будущему, и защищать. Главная задача — решить, как именно его воспитывать, и сформировать уважение к решениям, при необходимости давая ему объяснения, не забывая про доброту и долю юмора, однако при этом никогда не отступая от намеченного пути.

**3. Помните: вам не нужно заслуживать любовь своего ребенка. Если желание во что бы то ни стало быть любимым своим ребенком вредит вашей власти, то в искренней любви его всем сердцем нет абсолютно никакой проблемы! Будьте уверены в том, что любви не бывает слишком много.**

Семейные отношения в наши дни больше полагаются на эмоциональную составляющую, чем на уважение, чувство долга или семейных дух: почему бы и нет? Ребенку нужно чувствовать, что его любят.

Речь здесь идет не о том, чтобы быть эмоционально «приклеенным» к своим детям или пытаться им во всем угодить. Надо лишь не стесняться выражать то, что лежит у вас глубоко на сердце. Ребенку нужно чувствовать вашу любовь, которая

существует независимо от обстоятельств и никогда не иссякнет. Чтобы набираться уверенности в себе, развиваться как личность, он должен чувствовать свою бесценность и уникальность для вас. Ребенка никогда не «испортит» любовь, которой вы его одаряете, нежные слова, которые шепчете ему на ушко, проявления восхищения, которое вы испытываете. Плохо тогда, когда ваша любовь поощряет его плохое поведение. Невозможно любить ребенка слишком сильно, однако можно его любить неправильно.

#### **4. Будьте рядом с ребенком.**

Ребенку просто необходимо проводить время вместе с родителями. Этот совет выглядит невероятно простым. Так зачем же напоминать такие, казалось бы, очевидные вещи? Потому что общество построено так, что достаточно сложно — даже если родителям этого невероятно хочется — уделять достаточно времени детям.

Каждому человеку приходится выполнять свои профессиональные, семейные, домашние, супружеские и личные обязательства. Справляться со всем — это настоящий подвиг. Быть идеальным во всем — утопия. Приходится делать выбор.

Есть много родителей, которые спрашивают совета по поводу воспитания детей. Они никак не могут совладать со своим сыном, а их дочка невероятно капризна. Как быть в такой ситуации? У подобных проблем есть решения. Только как их применять на практике, если родители возвращаются домой не раньше восьми вечера, доверяя де-

тей на весь день школе или детскому саду, а на время каникул — бабушке с дедушкой?

Не может идти и речи о том, чтобы один из родителей пожертвовал своей профессиональной деятельностью, чтобы все время оставаться дома. Нужно лишь, чтобы дети могли проводить с родителями достаточное количество времени. Им нужны взрослые, у которых всегда есть время присесть рядышком и выслушать то, что накопилось на душе. Взрослые, готовые вместе с ними чем-нибудь заниматься и веселиться. Это позволяет установить между детьми и родителями прочную связь, а также при необходимости их поругать, но чтобы при этом у детей не складывалось впечатления, что родители способны только на последнее.

### **5. Укрепляйте привязанность.**

Привязанность — это широчайшее, фундаментальное понятие, присущее каждому человеческому существу. Это неосознанное стремление, которое характеризуется поиском крепких взаимоотношений и желанием их поддерживать. Только привязанность позволяет воспитывать.

С одной стороны находится тот, кто заботится, с другой — тот, кто полагается на сильного, он ищет его поддержку и внимание. Когда ребенок испытывает привязанность к своим родителям, он уверен, что те не будут пытаться его «подавить» или лишит чего-либо ради собственного удобства — они делают так потому, что им кажется правильным не позволять ребенку вести себя подобным образом. Ребенок чувствует, что родители на его стороне. Он понимает, что их мнение не всегда совпадает с его собственным по той простой причине, что они выполняют свои родительские обязанности. Он знает, что всегда может к ним обратиться, если его что-то беспокоит: они никогда не откажутся его выслушать и не станут над ним насмехаться.

Наконец, именно привязанность позволяет переносить друг друга. Именно наша привязанность к детям позволяет нам продолжать ласково о них заботиться даже тогда, когда они ведут себя просто невыносимо. Именно привязанность детей к нам заставляет их вновь и вновь пытаться заполучить наше внимание, даже если мы лишаем их того, что им так хочется, что приносит им удовольствие.

**6. Будьте гибкими. Когда ситуация кажется безвыходной, то порой лучшее, что могут сделать родители, — это поменять свою стратегию.**

Не ждите от ребенка, что он изменится только для того, чтобы сделать вам приятное, или потому, что вы этого требуете. В лучшем случае он поступит по-другому только один раз, и то только

потому, что вы произведете на него своими криками сильное впечатление. А потом вернется к прежним привычкам, которые кажутся ему более привлекательными или более подходящими, чем то, что вы от него ожидаете. Одни и те же действия приводят к одним и тем же последствиям, и конфликтная ситуация повторяется раз за разом. Если только вы не поменяете правила игры. Родители и их дети — это как две соединенные шестеренки: стоит привести в движение одну из них, как другая неумолимо начнет двигаться тоже. Вы — взрослый, вы несете ответственность, на вашей стороне опыт. Так что именно вам нужно отступить, чтобы проанализировать сложившуюся ситуацию. Только так вы сможете понять, из-за чего именно она повторяется снова и снова, мешая нормально жить каждому и портя общую атмосферу в семье. Вам останется только подумать, что вы можете предпринять, чтобы заклинить притершийся механизм ежедневных ссор и разногласий и применить полученное решение на практике, чего бы вам это ни стоило. Если вы измените свое отношение, окружающую обстановку и внешние условия, то, можете не сомневаться, ребенок тоже изменится следом.

**6. Придите к согласию насчет самого главного. Разговоры, направленные на то, чтобы разобратся в разногласиях между родителями и установить общие для всех правила, следует проводить в спокойной обстановке и в «мирное время». И уж точно не в присутствии ребенка.**

Быть отцом и быть матерью — не одно и то же, поэтому естественно, что каждый реагирует по-своему. И эти различия могут способствовать обогащению: как и в музыке, мир «стерео» становится более ярким и лучше отражает все разнообразие жизни, чем мир «моно». Однако дисциплины не будет никогда, если один из родителей критикует или отменяет наказания другого...

Гораздо проще убедить ребенка слушаться и установить дисциплину, когда родители едины во мнении, по крайней мере, насчет самого основного. Повзрослев, ребенок сможет понять, что мнения его родителей в чем-то между собой расходятся. Самое главное — никогда не предоставлять ребенку возможность играть с одним из своих родителей против другого.

Если вы живете по отдельности, то вам гораздо сложнее договориться между собой о каких-то основных правилах, которые могут отличаться в доме отца и доме матери, и о том, что нужно делать в случае их нарушения. Но надо сделать для этого все возможное, поскольку игра определенно стоит свеч.





### Тема 3. Основы «подростковой конфликтологии»

#### Содержание лекции

Подростки являются активными участниками жизни общества взаимодействующими с различными социальными группами, но не всегда обладают достаточными знаниями и опытом, для того чтобы осуществлять это взаимодействие максимально эффективно и правильно, как правило, линия поведения у человека этого возраста достаточно однообразна, в связи, с чем большинство подростков вступают в частые конфликты с окружающими.

Конфликтность личности определяется следующим комплексом факторов:

- психологических — темперамент, уровень агрессивности, уровень притязаний, актуальное эмоциональное состояние (тревожность) и т. д.;
- социально-психологических — социальные установки и ценности, отношение к оппоненту, направленность во взаимодействии «на себя», компетентность в общении, интеллект, основные тенденции поведения и др.;
- социальных факторов — условия жизни и деятельности, возможности релаксации, социальное окружение, общий уровень культуры, возможности для удовлетворения потребностей и т. п.

Основными элементами анализа конфликтного взаимодействия является личность, ее деятельность, среда общения и в целом условия жизнедеятельности, где все уровни взаимодействия определены и заданы необходимостью личностных проявлений.

Чувство взрослости проявляется и в стремлении подростков быть относительно независимыми от взрослых в наличии собственных взглядов и суждений, и в подражании внешнему облику, и в манере поведения взрослых. Отрицательное проявление чувства взрослости выражается в том, что подростки склонны сопротивляться влиянию старших, часто не признают их авторитет, игнорируют предъявляемые им требования, критически относятся к словам и поступкам родителей, учителей. Проявление таких качеств, как отделение себя от родителей и их опеки, проявляемая инициатива — это потребность обрести свою собственную власть над собственной жизнью.

Примерно к 15 годам подросток делает еще один шаг в своем личностном развитии. После сомнений и поисков подросток открывает для себя свой внутренний мир, у него формируется система представлений о себе, образов «Я». Он хочет понять, какой он есть на самом деле, и представляет себе, каким он хотел бы быть. Идеальное «Я» может сильно отличаться от реального, и если разрыв очень велик, это приводит к неуверенности в себе, что выражается в обидчивости, упрямстве, агрессивности. Когда же идеальный образ достигим и реален, он побуждает к самовоспитанию.

Подросток начинает всматриваться в самого себя, стремится познать сильные и слабые стороны своей личности. У него возникает интерес к себе, к качествам собственной личности, потребность сопоставления себя с другими людьми, потребность в самооценке. Представления, на основании которых у подростков формируется критерии самооценки, приобретаются в ходе особой деятельности — самопознания. Основной формой самопознания подростков является сравнение себя с другими людьми: взрослыми, сверстниками.

Поведение подростка регулируется его самооценкой, а самооценка формируется в ходе общения с окружающими людьми, а прежде всего со сверстниками. Ориентация на сверстника, связана с потребностью быть принятым и признанным в группе, коллективе, с потребностью иметь друга, кроме того, с восприятием сверстника как образца, который ближе, приятнее, доступнее по сравнению со взрослым человеком. Таким образом, на развитие самооценки подростка влияют взаимоотношения со сверстниками. Подросткам свойственны определенные поведенческие реакции. К ним относятся: реакция эмансипации, реакция группирования со сверстниками, реакция увлечения (хобби).

Реакция эмансипации. Эта реакция представляет собой тип поведения, посредством которого подросток старается высвободиться из-под опеки взрослых, их контроля, покровительства. Реакция может проявляться в отказе от выполнения

общепринятых норм, правил поведения, обесценивания нравственных и духовных идеалов старшего поколения. Мелочная опека, чрезмерный контроль за поведением, наказание путем лишения минимальной свободы и самостоятельности обостряют подростковый конфликт и провоцируют подростков на крайние меры: прогулы, уходы из школы и из дома, бродяжничество.

Реакция группирования со сверстниками. В группе сверстников более эффективно отрабатывается самооценка подростка. Он дорожит мнением сверстников, предпочитая их общество, а не общество взрослых, критику которых он отвергает. Реакция увлечения. Для подросткового возраста увлечения (хобби) составляют весьма характерную особенность. Увлечения необходимы для становления личности подростка, так как благодаря увлечениям формируются склонности, интересы, индивидуальные способности подростков.

Вот основные типы и причины конфликтов у подростка:

- внутриличностный конфликт — такой конфликт может возникнуть при низкой удовлетворенности жизнью, друзьями, учебной, отношениями со сверстниками, малой уверенностью в себе и близких людях, а также со стрессом;
- межличностный конфликт — когда люди с различными взглядами, чертами характера совсем не могут ладить друг с другом, в корне различаются взгляды и цели таких людей;
- конфликт между личностью и группой — может возникнуть конфликт, если эта личность займет позицию, отличающуюся от позиций группы, например, весь класс срывает урок, а один подросток остается в классе... несмотря на его устойчивую нравственную позицию, его отношения с классом будут конфликтом, так как он идет против мнения группы;
- межгрупповой конфликт — возникает из-за противоречий и идейных установок двух различных групп.

Выделяют четыре группы подростков на основе определенного типа поведения, с учетом направленности их личности.

Первую группу подростков характеризует устойчивый комплекс аномальных, аморальных, примитивных потребностей, стремление к потребительскому времяпрепровождению, деформация ценностей и отношений. Эгоизм, равнодушие к переживаниям других, неуживчивость, отсутствие авторитетов являются типичными особенностями этих детей. Они эгоцентричны, циничны, озлоблены, грубы, вспыльчивы, дерзки, драчливы. В их поведении преобладает физическая агрессивность.

Вторую группу составляют подростки с деформированными потребностями, ценностями. Обладая более или менее широким кругом интересов, они отличаются обостренным индивидуализмом, желанием занять привилегированное положение за счет притеснения слабых, младших. Их характеризует импульсивность, быстрая смена настроения, лживость, раздражительность. У этих детей извращены представления о мужестве, товариществе. Им

доставляет удовольствие чужая боль. Стремление к применению физической силы проявляется у них ситуативно и лишь против тех, кто слабее.

Третью группу подростков характеризует конфликт между деформированными и позитивными потребностями, ценностями, отношениями, взглядами. Они отличаются односторонностью интересов, притворством, лживостью. Эти дети не стремятся к достижениям, успеху, апатичны. В их поведении преобладают косвенная и вербальная агрессивность.

В четвертую группу входят подростки, которые отличаются слабо деформированными потребностями, но, в то же время, отсутствием определенных интересов и весьма ограниченным кругом общения. Они безвольны, мнительны, заискивают перед более сильными товарищами. Для этих детей типична трусливость и мстительность. В их поведении преобладают вербальная агрессивность и негативизм.

Агрессивность в личностных характеристиках подростков формируется в основном как форма протеста против непонимания взрослых, из-за неудовлетворенности своим положением в обществе, что проявляется и в соответствующем поведении. Вместе с тем на развитие агрессивности подростка могут влиять природные особенности его темперамента, например, возбудимость и сила эмоций, способствующие формированию таких черт характера, как вспыльчивость, раздражительность, неумение сдерживать себя. Естественно, что в состоянии фрустрации подросток с подобной психической организацией ищет выхода внутреннему напряжению, в том числе и в драке, ругани и пр. Кроме того, агрессия может быть вызвана необходимостью защитить себя или удовлетворить свои потребности в ситуации, в которой растущий человек не видит иного выхода, кроме драки, или, по крайней мере, словесных угроз. Наиболее полную картину сущности агрессивного поведения подростков дает анализ его мотиваций. Заметную роль в этой мотивации играют чувства и эмоции негативного характера: гнев, страх, месть, враждебность и т.п. Агрессивное поведение детей подросткового возраста, связанное с этими эмоциями, выражается в драках, побоях, оскорблениях, телесных повреждениях и т.д.

В современном обществе проблема агрессивного поведения является одной из центральных психолого-педагогических проблем. Психологи выделяют следующие формы агрессивных реакций:

- Физическая агрессия (нападение) — использование физической силы против другого лица.
- Косвенная агрессия — действия, окольными путями направленные на другое лицо (сплетни, злобные шутки), или ни на кого направленные взрывы ярости (крик, топанье ногами, хлопанье дверьми).
- Вербальная агрессия — выражение негативных чувств как через форму, так и через содержание словесных ответов.
- Склонность к раздражению — готовность к проявлению при малейшем возбуждении вспыльчивости, резкости, грубости.
- Негативизм — оппозиционная манера поведения

ния, обычно направленная против авторитета или руководства.

- Обида — зависть и ненависть к окружающим, обусловленные чувством горечи, гнева на весь мир за действительные или мнимые страдания.
- Подозрительность — недоверие и осторожность по отношению к людям, основанные на убеждении, что окружающие намерены причинить вред.

### **Рекомендации для родителей подростков по поведению в конфликтной ситуации**

Если вы понимаете, что конфликтная ситуация неизбежна, то запомните эти правила:

1. В конфликтной ситуации даже добрый и спокойный ребенок часто бывает агрессивен!
2. Никогда не позволяйте себе унижать и оскорблять ребенка, в диалоге не использовать жаргонные и бранные слова — это не даст ему права оскорблять вас и не демонстрировать в поведении все, на что он способен.
3. Обращайтесь к ребенку на равных. В конфликте признавайте не только свои интересы, но и интересы другого человека. Заставьте себя услышать доводы своего ребенка.
4. Останавливайте его спокойно, с невозмутимым лицом.
5. Обсуждайте поведение ребенка только после успокоения.
6. Выясните, как возникает агрессивное поведение, и каково возможное решение:

- Из-за чего ты расстроился?
- Ты, конечно, переживаешь, но все же не стоит обижать при этом других.
- Давай подумаем, что нужно сделать, чтобы успокоиться и при этом ни на кого не нападать.
- Предлагайте что-то свое только в дополнение к сказанному.

7. Нельзя угрожать и шантажировать его, т.к. в какой-то момент это перестает действовать и ваши действия станут неубедительны.

8. Будьте тверды и открыты, если убеждены в своей правоте.

9. Будьте справедливы и честны в конфликте, не жалейте себя. Ведь взрослые очень часто бывают не правы!

10. «Воинственность» ребенка можно успокоить своим спокойствием.

11. Никогда не сбрасывайте на ребенка свое плохое настроение.

12. Постарайтесь найти повод похвалить ребенка, особенно это хорошо спустя некоторое время после наказания. Ребенок убедится, что претензии были к его поступку, поведению, а не к личности в целом.

13. Когда вы делаете замечание, обязательно конкретизируйте его, чтобы ребенок понял, что вы недовольны не им в целом, а всего лишь его поступком.

14. Умейте вовремя остановиться.

15. Всегда помните, что это ваш ребенок и вы его любите!







## **Тема 4. Профилактика негативных факторов внешней среды в семейном воспитании**

### **Содержание лекции**

Ведущей деятельностью детей подросткового возраста становится общение со сверстниками. Именно в начале подросткового возраста деятельность общения, сознательное экспериментирование с собственными отношениями с другими людьми (поиски друзей, выяснение отношений, конфликты и примирения, смена компаний) выделяются в относительно самостоятельную область жизни. Главная потребность периода — найти свое место в обществе, быть «значимым» — реализуется в сообществе сверстников.

У подростков возможность широкого общения со сверстниками определяет привлекательность занятий и интересов. Если подросток не может занять удовлетворяющего его места в системе общения в классе, он «уходит» из школы и психологически, и даже буквально.

Динамика мотивов общения со сверстниками на протяжении подросткового возраста: желание быть в среде сверстников, что-то делать вместе (10–11 лет); мотив занять определенное место в коллективе сверстников (12–13 лет); стремление к автономии и поиск признания ценности собственной личности (14–15 лет).

Современное общение молодежи чаще всего основывается на взаимном обмене эмоциями и впечатлениями, полученными в течение ближайших дней. Парни и девушки одаривают друг друга приветствиями, рукопожатиями, не забывая при этом делиться чувствами. Стоит обратить внимание на настроение участников. Как правило, взаимодействие нескольких подростков между собой носит сугубо эмоциональный характер. Юношеский возраст предполагает глубоко интимные беседы о том, что в данный момент является значительным, представляет личный интерес для всех собеседников. Подростки редко отличаются особенной тактичностью, поэтому в процессе их взаимодействия друг с другом то и дело вспыхивают споры, и даже случаются ссоры.

### **Общение по интересам**

Если ненавязчиво понаблюдать за молодыми людьми, можно заметить следующую картину: подростки разбиваются на группы, у каждой из которых имеется свой лидер. Даже в старших классах школы прослеживается такая тенденция: юноши и девушки не общаются со всеми подряд одноклассниками, а выбирают себе в друзья тех, с кем у них есть схожие увлечения, взгляды на жизнь. Общность интересов — это ведущий фактор, отражающий проблемы межличностного общения в молодежной среде. Стоит заметить, что подросток никогда не будет взаимодействовать с теми личностями, которые ему неприятны, если только он не зависит от них.

Общение по интересам в юношеском возрасте сводится, как правило, к обмену впечатлениями. Подростки пересказывают друг другу фильмы и книги, которые вызвали у них бурю сильных положительных или отрицательных эмоций. Межличностное общение и взаимодействие имеют большое значение для тех, кому от пятнадцати до восемнадцати лет. Здесь на первый план выходит установление доверительного контакта, который и гарантирует возникновение понимания.

Подростки не имеющие своих стойких интересов в жизни, зачастую, попадают под влияние наиболее распространенных в его окружении увлечений. Часто наблюдается такая картина: подросток не имеющий своего круга общения, вынужден приспособлять себя под наиболее ему доступный, не всегда положительно влияющий на его развитие. Эта ситуация касается детей, имеющих проблемы в социализации, не пользующихся авторитетом и имеющих низкий социометрический статус.

Такая картина, конечно, не может сложиться в один день, она формировалась долгое время. Не способность (по многим причинам) формировать стойкие, дружеские связи со сверстниками, отсутствие референтной группы в подростковом возрасте является базой для возникновения и быстрого

развития огромного количества проблем в жизни подростка и его семьи.

### **Проблема 1.**

#### **Попадание в неформальные группы**

На самом деле абсолютно все субкультуры молодежи преследуют одну цель — быть услышанными. Каждое движение выражает мысли, чувства, желания по-своему, но все они хотят быть понятыми современным миром. В редких случаях представители подростковых субкультур годами хранят верность прежним идеалам.

#### **Чего нельзя делать, если ребенок стал неформалом**

1. Игнорировать. Некоторые родители равнодушно отмахиваются от появившейся проблемы, считая, что «с возрастом это пройдет». Вероятность такого сценария, конечно, возможна. Однако наблюдать за поведением ребенка и его контактами со сверстниками просто необходимо. Особенно, если учесть крайне неустойчивую психику подростков.

2. Запрещать. Это вызовет ответную, еще более агрессивную реакцию.

3. Оскорблять кумиров ребенка. Скорее всего, это закончится тем, что дети испортят отношения с родителями, перестанут им доверять.

#### **Что нужно делать, если ребенок стал неформалом**

1. Изучать проблему. Вместо оскорблений используйте общение с ребенком, чтобы собрать как можно больше информации об особенностях неформального движения. Родители должны трезво оценивать масштабы опасности.

2. Общаться. Проводите выходные в кругу семьи. Мама и папа должны постараться максимально сблизиться с ребенком. Если в семье есть определенные традиции, их нужно всячески поддерживать и в подростковом возрасте. Говорите юному неформалу, что принимаете его увлечение, несмотря на то, что оно очень вас беспокоит. Если, будучи подростками, родители и сами увлекались какой-то субкультурой, будет полезно рассказать об этом ребенку. Причем, внимание нужно заострить на том, как мама и папа потеряли интерес к неформальному движению.

3. Показать ребенку, что его воспринимают как взрослого. А у взрослого, как известно, есть не только права, но и обязанности. Пусть подросток возьмет на себя, к примеру, какую-то часть работы по дому.

### **Проблема 2. Виртуальное общение. Компьютерная зависимость**

В последние годы люди стали значительно меньше взаимодействовать друг с другом вербально. Общение в социальных сетях многим почти заменило реальное. Ситуация, когда рассказываешь собеседнику свои мысли и при этом не смотришь в глаза, сегодня типична. Большое количество подростков буквально прилипают к монитору, обмениваясь личными сообщениями с незнакомцами.

Посмотрим на ситуацию глазами школьников и представим, что же значат социальные сети для подростков:

- возможность завести новые знакомства;
- доступ к домашним видео, фото;
- доступные приложения в виде игр, тестов, форумов;





- отсутствие в современном обществе достаточных и развитых условий для развития подрастающего поколения, а интернет-сети есть все, чего душа пожелает;
- полная открытость и раскованность в общении, поскольку для большинства подростков общение в сети складывается проще, чем в реальной жизни.

Влияние социальных сетей на подростков может быть отчасти как позитивным, так и негативным.

- У подростков появляется зависимость от виртуального мира. Вечерние прогулки по городу, посещение культурных мест, кафе теперь с легкостью заменит вербальное общение к сети. Такой путь приводит к аутизму и полной деградации личности как составляющей общества. В крайнем случае к физической смерти.
- При злоупотреблении сетью у молодых людей на подсознательном уровне развивается фобия (страх) общения с реальными людьми. Подростки стесняются знакомиться в жизни с противоположным полом, возникают трудности с речевыми оборотами. Ведь гораздо проще зайти в интернет и написать сообщение невидимому объекту. Становится сложно заводить новых друзей. Общение современных людей мутирует в сторону подмены истинных чувств и ощущений на виртуальные переживания.
- Многие из подростков добавляют себе в друзья незнакомцев, что делает их потенциальными жертвами обмана. Для интернет-мошенников социальные сети — золотая жила. Например, с помощью такой сети, как «ВКонтакте» можно продать что угодно и кому угодно. Для поглощения рекламной информации более благодарной аудитории не найти. Создаются соответствующие группы, рассылаются приглашения и предложения, добавляются в друзья...
- Неконтролируемое взрослыми нахождение в сети может спровоцировать попадание несовершеннолетних на сайты с информацией, угрожа-

ющей жизни и здоровью: пропаганда употребления алкоголя и наркотиков, убийств, изнасилований, распространение порнографии и т. д.

При обнаружении проблемы компьютерной зависимости у подростка рекомендуется сделать следующее:

- Шаг первый. Провести анализ игр, интернет-ресурсов, которые увлекают ребенка. Сыграть в них хотя бы раз (постарайтесь ответить на вопросы «что это? какие потребности это удовлетворяет?»).
- Шаг второй. Провести анализ своей семейной ситуации (постарайтесь ответить на вопросы «что заставляет ребенка испытывать трудности в удовлетворении этих потребностей? какие у ребенка были интересы в более раннем возрасте?»).
- Шаг третий. Сделать шаг навстречу ребенку (постарайтесь помочь своему ребёнку организовать досуг, наладить взаимоотношения со сверстниками, наладить контакт в семье).

### Проблема 3. Попадание под влияние тоталитарных сект

В условиях современного общества необходимо научить каждого ребенка старше 12 лет основным правилам религиозной безопасности, т. к. именно подросток является одной из самых распространенных жертв деструктивных сект.

Молодому человеку кажется, что его не понимают в семье, особенно если родители не разделяют его вкусов, его жизненной позиции и духовных интересов. Начинается поиск людей на стороне, которые смогли бы его понять, оказать поддержку, одобрить. Именно в этот момент многократно возрастает опасность попадания ребенка в тоталитарную секту, тем более что данные организации ведут целенаправленную работу по вербовке новых членов.

Советы родителям:

- Почаще говорите с детьми, не оставляйте их наедине с проблемами.



- Если ребенок, соблазненный рекламой или обещанием подарков, решает пойти на проповедь или духовный семинар, предложите ему другое мероприятие, а если уж он решил пойти, сходите вместе с ним и по окончании объясните ложность этого учения.
- Подросток стал замкнут — поговорите с ним, узнайте, что его беспокоит, и, если вы узнали, что у него появились новые друзья и он ходит на какие-то проповеди, возьмите отпуск и поезжайте с ребенком подальше от его новых знакомых. В случае когда разговор с ребенком не получается, обратитесь за помощью к квалифицированному психологу.

Если ваш ребенок попал в секту:

- Не позволяйте себе агрессивных высказываний в адрес его увлечения.
- Секты заинтересованы в разрыве с бывшим окружением их новой жертвы, в т. ч. и с семьей. Ваша ссора с ребенком будет им только на руку.
- Мягко обращайтесь внимание вашего ребенка на явные противоречия в его поведении и высказываниях, в то же время не вынуждая эти противоречия объяснять.
- Старайтесь укрепить эмоциональную связь с ним. По возможности сохраняйте спокойствие, чувство такта, будьте открыты к диалогу, вспоминайте о радостных и светлых моментах жизни, которые были в вашей семье до секты.
- Собирайте всю возможную информацию по деятельности секты. Постарайтесь понять, какими методами они удерживают в ней вашего ребенка.
- Постарайтесь выявить и устранить источник тех проблем, которые загнали его в секту.
- налаживайте контакты с людьми, которые попали в похожую ситуацию, зовите на помощь школу, пытайтесь воздействовать на ответственных чиновников, в т. ч. и в департаменте образования, и в правоохранительных органах.

#### **Проблема 4. Формирование аддиктивного поведения**

Подростки больше других возрастных категорий подвержены риску аддикции. Их психика еще не полностью сформирована, в организме происходит гормональная перестройка, индивид учится осознавать себя частью общества, общаться, адаптируется ко взрослой жизни. Аддиктивное поведение очень тесно связано со злоупотреблением психотропными веществами, общением с определенными людьми, некоторыми видами деятельности (спорт, секс, азартные игры) и нарушениями прав, потребностей личности, которые должны сделать бунтаря гармоничным, счастливым. В переводе с английского, слово addiction значит «склонность, пагубная привычка». Если мы обратимся к латинским корням слова, получим в переводе «связанный долгами». Когда личность постоянно старается уйти от реальности, возникает стойкая психологическая зависимость. Не так сложно устранить химические факторы, как психологические.

Аддикция среди подростков представлена в различных степенях тяжести. Она может быть

практически незаметной, сходной с нормальным поведением индивида или же доходить до крайностей. Высокая степень аддиктивности сопровождается психосоматическими патологиями. Разные формы зависимостей имеют особенность сочетаться и переходить одна в другую. Отказавшись от алкоголя, человек начинает много курить; отказавшись от наркотических веществ, многие люди приходят к религии, становясь фанатиками и подерживая таким образом свое психологическое состояние на том же уровне, что и прежде.

Аддиктивное поведение, проявляющееся в подростковом возрасте, совершенно ничем не отличается от такового у взрослого.

Выделяют два подвида:

- химическая;
- нехимическая.

Химическая аддикция заключается в употреблении любых веществ, которые способны оказывать влияние на ЦНС, активизируя центры удовольствия (алкоголизм, токсикомания, наркомания, табакокурение, курение кальяна, курительных смесей, лекарственные препараты, некоторые виды ядов).

К нехимическим разновидностям аддикции относится любая деятельность, разрушающая психику индивида. До недавнего времени не существовало вообще таких понятий, как игромания, номофобия и зависимость от соцсетей, но сегодня их также причисляют к списку нехимических зависимостей. Сюда же относится аддиктивное сексуальное поведение, переедание, головки, трудовоголизма, длительные прослушивания низкочастотных музыкальных произведений, участие в сектах, экстремистских группировках, манипулирование своим психическим состоянием, мазохизм и пр. Список можно продолжать бесконечно. На сегодняшний день проблема психических отклонений у детей подросткового возраста стоит очень остро.





## **Тема 5. Суицидальные риски в подростковом возрасте: факторы возникновения, основы профилактики**

### **Содержание лекции**

В науке существует термин — «пубертатный суицид». Им обозначают целое явление, это — подростковые самоубийства. Психическая организация подростка неустойчива, причем на всех уровнях: интеллекта, чувств, эмоций. Подростки крайне нестабильны в самооценке и при этом — большие максималисты; они всегда сомневаются в своих знаниях и способностях, для них характерна частая смена настроения, тревожность. У них легко возникают страхи. Порой небольшой конфликт в семье или в школе может послужить толчком для того, чтобы ребенок вошел в депрессивное состояние.

Суицидальные личности этой возрастной группы могут быть адекватно приспособленными к школе и полностью свободны от проблем, но в этом возрасте человек проходит хаотический кризис идентификации и/или борьбу за независимость. В подростковом сознании суицид часто не имеет истинных завершенных форм, а замыслы, мысли, попытки — это демонстративно-шантажное поведение. Большинство самоубийц, как правило, вовсе не хотели умереть, а только достучаться до кого-то, позвать на помощь, обратить внимание на свои проблемы. У подростков, также как и у взрослых, основной причиной суицида выступает социально-психологическая дезадаптация, но для них это не тотальные нарушения (крах смысла жизни, профессиональный кризис и др.), а нарушения в общении с близкими. Хотя среди подростков часты попытки самоубийства, только единицы из них достигают своей цели. Тем не менее, процент самоубийств в этой группе достаточно высок.

Наиболее подвержены к суициду подростки, склонные к депрессиям (пониженному настроению), злоупотребляющие спиртными напитками, наркотическими и токсическими веществами, видевшие самоубийство или гибель кого-то из близких, плохо успевающие в школе, девочки после изнасилования или во время беременности, а также талантливые, неординарные подростки, не вписывающиеся в общество. Входящие в эту груп-

пу подростки в любой момент могут оказаться в ситуации, которая станет толчком к суициду. Для них характерны повышенная ранимость и ощущение себя изгоем в обществе — именно это и толкает их на самоубийство.

Основными мотивами суицидального поведения несовершеннолетних являются:

- переживание обиды, чувства одиночества, отчужденности и непонимания;
- действительная или мнимая утрата родительской любви, ревность, неразделенное чувство;
- переживания, связанные со смертью близких, разводом или уходом из семьи родителей, серьезной болезнью;
- чувства вины, стыда, оскорбленного самолюбия, самообвинения;
- боязнь позора, нежелание извиниться;
- любовные неудачи, сексуальные эксцессы, беременность;
- чувство мести, протеста, злобы, вымогательство и угроза;
- желание привлечь к себе внимание, вызвать сочувствие, уйти от трудной ситуации, избежать неприятных последствий;
- сочувствие или подражание товарищам, героям книг или фильмов («эффект Вертера»).

Психотравмирующая ситуация не всегда является единственной предпосылкой для суицида. Личностные особенности суицидента являют собой вторую составляющую данной ситуации.

**Особенности суицидального поведения подростков:**

1. Недостаточно адекватная оценка последствий суицидальных действий. Понятие «смерть» в этом возрасте, как правило, воспринимается очень абстрактно, как что-то временное, похожее на сон, не всегда связанное с собственной личностью. Понятие «смерть» появляется у детей между 2–3 годами. Для большинства она не представляется особо пугающим событием. В дошкольном возрасте дети воспринимают смерть как временное явление, подобно отъезду. Часто младшие школьники думают, что смерть является наказанием за пло-

хие дела. В этом проявляется неопределенный эгоцентризм и магическое мышление. Они полагают смерть маловероятной, невозможной для себя, не считают необратимой. Для подростков смерть представляет собой более очевидное явление. Но они фактически отрицают ее для себя, гоня на мотоциклах, экспериментируя с опасными веществами и т.п. Более старшие подростки принимают мысль о своей смерти, но, преодолевая возникшую тревогу, отрицают реальность этой возможности.

2. Несерьезность, мимолетность и незначительность (с точки зрения взрослых) мотивов, которыми дети объясняют попытки самоубийства. Этим обусловлены трудности своевременного распознавания суицидальных тенденций и существенная частота неожиданных для окружающих случаев детского и подросткового суицида.

3. Наличие взаимосвязи попыток самоубийства детей и подростков с отклоняющимся поведением: побегами из дома, прогулами школы, ранним курением, мелкими правонарушениями, конфликтами с родителями, алкоголизацией, наркотизацией, сексуальными эксцессами и т.д.

4. Депрессивные состояния, которые в подростковый период выражаются иначе, чем у взрослых. Признаки депрессии у подростков:

- печальное настроение;
- чувство скуки;
- чувство усталости;
- нарушения сна;
- соматические жалобы;
- неусидчивость, беспокойство;
- фиксация внимания на мелочах;
- чрезвычайная эмоциональность;
- замкнутость;
- рассеянность внимания;
- агрессивное поведение;
- демонстративное непослушание;
- склонность к бунту;
- злоупотребление алкоголем или наркотиками;
- плохая успеваемость;
- прогулы в школе.

Каковы основные факторы, способствующие попыткам суицида у подростков, и насколько они сегодня существенны в нашем обществе? На первом месте из проблем, характерных для подростков с суицидальным поведением, находятся, конечно, отношения с родителями (примерно в 70% случаев эти проблемы непосредственно связаны с суицидом), на втором месте — трудности, связанные с учебным заведением, на третьем — проблемы взаимоотношений с друзьями, представителями противоположного пола.

Другими причинами суицидов в детском и подростковом возрасте могут быть следующие:

1. Несформированное понимание смерти. В понимании ребенка смерть не означает прекращение жизни. Ребенок думает, что все вернется назад. У подростков понимание и осознание смерти формируется после 18 лет.

2. Отсутствие идеологии в обществе. Подросток в обществе «без родины и флага» чаще ощущает ненужность, депрессию.

3. Ранняя половая жизнь, приводящая к разочарованиям. При этом предстает ситуация, по мнению подростка, не имеющая представления «как жить дальше» (потеря любимого, наступление нежеланной беременности и т.д.), т.е. происходит утрата цели. Суицидальное поведение у подростков часто объясняется тем, что они, не имея жизненного опыта, не могут точно определить цель своей жизни и обозначить пути ее достижения.

4. Саморазрушаемое поведение (алкоголизм, наркомания, криминализация общества).

5. В большинстве случаев суицидальное поведение в возрасте до 15 лет связано с реакцией протеста, особенно с нарушением внутрисемейных, внутришкольных или внутригрупповых взаимоотношений.

6. Депрессия.

7. Помимо психологических причин самоубийств добавились социальные: разделение на богатых и бедных, увеличение количества разводов и количества неполных семей, беспризорных детей и сирот при живых родителях. Все эти проблемы отражаются в детях, как в кривых зеркалах.

8. Одна из главнейших причин суицида — сложная и противоречивая обстановка в стране. Социальная незащищенность, экономическая нестабильность, политический хаос обуславливают процесс отчуждения подростков. Конфликтные ситуации, возникающие сегодня в нашем обществе на различной почве, ведут к общей моральной дезориентации человека, подчас толкая его на негативные поступки, принятие скоропалительных решений.

Конечно, у каждой суицидальной попытки — своя причина. Но все сводится к одному: ребенок не в силах самостоятельно разрешить трудную ситуацию, а понимающего это взрослого нет рядом. И тогда единственным выходом из сложившейся ситуации представляется смерть.

Таким образом, подростковый возраст — это тот этап развития, для которого свойственны перемены. Психологические и физиологические особенности и изменения, происходящие в этом возрасте, влияют на формирование представления и отношения ребенка к смерти.

**Для профилактики возникновения критических ситуаций в жизни подростка уместны следующие рекомендации:**

- ни в коем случае не оставлять нерешенными проблемы, касающиеся сохранения физического и психического здоровья ребенка;
- анализировать вместе с сыном или дочерью каждую трудную ситуацию;
- учить ребенка с раннего детства принимать ответственность за свои поступки и решения, предвидеть последствия поступков. Сформируйте у него потребность задаваться вопросом: «Что будет, если...»;
- воспитывать в ребенке привычку рассказывать родителям не только о своих достижениях, но и о тревогах, сомнениях, страхах;
- не опаздывать с ответами на его вопросы по различным проблемам физиологии;



- не иронизировать над ребёнком, если в какой-то ситуации он оказался слабым физически и морально, помочь ему и поддержать его, указать возможные пути решения возникшей проблемы;
- обсудить с ним работу служб, которые могут оказать помощь в ситуации, сопряжённой с риском для жизни; записать соответствующие номера телефонов;
- записать свои рабочие номера телефонов, а также номера телефонов людей, которым родители сами доверяют.

#### **Рекомендации родителям в случае, если у ребенка замечена склонность к самоубийству.**

1. Внимательно выслушайте решившегося на самоубийство подростка, в состоянии душевного кризиса прежде всего необходим кто-нибудь, кто готов выслушать. Приложите все усилия, чтобы понять проблему, скрытую за словами.

2. Оцените серьезность намерения и чувств ребенка. Если он или она уже имеют конкретный план самоубийства, ситуация более острая, чем если эти планы расплывчаты и неопределенны.

3. Оцените глубину эмоционального кризиса. Подросток может испытывать серьезные трудности, но при этом и не помышлять о самоубийстве. Часто человек, недавно находящийся в состоянии депрессии, вдруг начинает бурную, неустанную деятельность — такое поведение также может служить основанием для тревоги.

4. Внимательно отнеситесь ко всем, даже самым незначительным обидам и жалобам.

5. Не бойтесь прямо спросить, не думает ли он о самоубийстве. Опыт показывает, что такой вопрос редко приносит вред. Часто подросток бывает рад возможности высказать свои проблемы.

Во время беседы о суициде человека необходимо убедить в следующем:

а) что тяжелое эмоциональное состояние, переживаемое им в настоящий момент, является временным;

б) что его жизнь нужна родным, близким, друзьям и уход его из жизни станет для них тяжелым ударом;

в) что он, безусловно, имеет право распоряжаться своей жизнью, но решение вопроса об уходе из нее в силу его крайней важности лучше отложить на некоторое время, спокойно все обдумать.

Утверждения о том, что кризис уже миновал, не должны ввести вас в заблуждение. Часто ребенок может почувствовать облегчение после разговора о самоубийстве, но вскоре опять вернется к тем же мыслям. Поэтому так важно не оставлять его в одиночестве даже после успешного разговора. Поддерживайте его и будьте настойчивы. Человеку в состоянии кризиса нужны строгие утвердительные указания. Осознание нашей компетентности и заинтересованности в его судьбе, готовности помочь дадут ему эмоциональную опору. Убедите его в том, что он сделал верный шаг, приняв вашу помощь. Оцените его внутренние резервы. Если человек сохранил способность анализировать и воспринимать советы окружающих, ему будет легче вернуть душевные силы и стабильность. Следует принять во внимание и другие возможные источники помощи: друзей, семью, врачей, священников, к которым можно обратиться. Попытайтесь убедить подростка обратиться к специалистам. В противном случае обратитесь к ним сами, чтобы вместе разработать стратегию помощи.



Семинар-практикум — это одна из эффективных форм работы, т.к. позволяет более глубоко и систематично изучить рассматриваемую проблему, подкрепить теоретический материал примерами из практики, показом отдельных приёмов и способов решения проблем.

Семинар-практикум отличается тем, что в него включаются практические задания, наблюдения с последующим обсуждением. Участники имеют возможность не только освоить новые знания, но и сами разработаться в различных ситуациях, сформулировать рекомендации.

Кроме этого в ходе семинаров-практикумов предусматривается возможность обсуждения различных точек зрения, дискуссии, создание проблемных ситуаций, которые в итоге позволяют выработать единую позицию по рассматриваемому вопросу.

Важным условием организации данной формы работы является включение всех участников семинара в обсуждение темы.

### Основное содержание семинаров-практикумов для родителей

#### 1. Семинарское занятие по теме «Психологические особенности развития детей подросткового возраста».

Вопросы для обсуждения:

1. Особенности протекания подросткового кризиса в разных сферах (семья, школа, группы сверстников);

2. Отличия протекания подросткового кризиса у современных подростков и их родителей (актуализация собственного родительского опыта);

3. Модерация актуальных проблем подростков в группе родителей, участвующих в подпрограмме.

#### 2. Семинарское занятие по теме «Основы «подростковой конфликтологии».

Вопросы для обсуждения:

1. Что для вас является главной проблемой в конфликтах с вашим ребенком?

2. Формирование перечня (кейсов) типичных ситуаций семейного воспитания, которые могут послужить источником конфликта;

3. Анализ типичных кейсов в конфликтах с подростками.

#### 3. Семинарское занятие по теме «Профилактика влияния негативных факторов внешней среды на воспитание подростка».

Вопросы для обсуждения:

1. Методика построения жизненных перспектив в воспитании (практическое применение);

2. Обсуждение результатов проведенной методики.

«Круглый стол» — современная форма публичного обсуждения или освещения каких-либо вопросов, когда участники, имеющие равные права, высказываются по очереди или в определенном порядке. «Круглый стол», как форма коллективной дискуссии, широко используется в современном мире, поскольку предоставляет максимальную возможность проводить плодотворные обсуждения, всесторонне рассматривать различные вопросы и вырабатывать совместные решения. Проблемы, обсуждаемые за «круглым столом» могут затрагивать любые социально значимые проблемы, быть направленными на решение конкретных заданий или предлагать возможные пути развития. «Круглые столы» характеризуются тем, что:

- проводятся в форме обсуждения одного или нескольких определенных вопросов или проблем;
- обсуждаемый вопрос допускает разные мнения и толкования, а также взаимные возражения участников;
- в результате обсуждения должны быть выявлены точки зрения всех участников на данный вопрос;
- участники имеют равные права и высказываются в определенном порядке.

При организации и проведении «круглого стола» следует обратить внимание на следующее:

- время проведения «круглого стола» не должно превышать двух часов;
- количество участников не должно быть очень большим;
- следует предусмотреть, чтобы в распоряжении участников дискуссии были необходимые канцелярские принадлежности, общение было удобным, выступающие имели возможность наглядно продемонстрировать различный материал;
- время выступления и порядок необходимо обговорить с участниками заранее;
- ведущему необходимо быть очень внимательным, чтобы дать высказаться всем участникам и соблюсти регламент;
- вопросы, предлагаемые для обсуждения, должны быть заранее подготовлены и известны участникам.

#### Возможные темы для организации «круглых столов» для родителей:

1. Современный подросток: особенный или типичный?

2. Как помочь подростку преодолеть кризисный период развития?

3. Как защитить современных детей от опасностей современной жизни?

4. Семейный конфликт: норма или проблема?

5. Всегда ли взрослый прав?

6. Можно ли научить счастью?



## Интерактивные мероприятия

**Тренинговые занятия** — это форма специально организованного общения, эффект воздействия которого основан на активных методах групповой работы. В ходе таких занятий успешно решаются многие проблемы развития качеств или умений. Однако тут необходимо оговориться — мы имеем в виду именно тренинговые занятия, а не тренинги в полном смысле этого слова. Несмотря на это, в практике педагогической профилактики могут быть использованы некоторые приемы тренинговой работы, позволяющие «отработать» поведенческие навыки.

В ходе тренинговых занятий участники получают полезный опыт межличностного взаимодействия, становятся более компетентными в сфере общения. Работая в тренинговой группе, участник может активно экспериментировать с различными стилями общения, осваивать и отрабатывать совершенно новые, не использованные ранее коммуникативные умения и навыки. Важная задача тренинга — развитие функции саморефлексии. Участники получают возможность глубже осознать свои личностные качества и найти способ их выразить, проявить.

### 1. Тренинговое занятие по теме «Основы семейного воспитания»

1. Вступительное слово педагога-психолога. Знакомство с темой и целью групповой работы.

2. Упражнение «Имя и качество». Каждый участник представляется по имени и называет то качество, которое, больше всего ему подходит по характеру, начинающееся на первую букву его имени.

3. Упражнение-разминка «Группировки». Участникам предлагается молча, с помощью невербального общения объединиться:

- в зависимости от количества детей в семье;
- в зависимости от пола детей;
- тем, кто каждый день играет с ребёнком;
- тем, у кого хорошие взаимоотношения с детьми.

4. Диагностическое упражнение «Идеальный родитель». Участники методом «мозгового штурма» составляют портрет «идеального родителя». Ведущий записывает высказывания на доске. Затем на рисунке, где изображены круги (мишень), каждый участник ставит любой знак синим фломастером там, где он, по собственному мнению, находится относительно центра круга. Центр символизирует «идеального родителя» со всеми перечисленными качествами. Далее родители проговаривают два–три качества, которые помогут приблизиться к центру круга.

5. Тест «Ваш стиль общения и воспитания». Обсуждение результатов теста.

6. Упражнение «Правила семьи». Ведущий информирует участников о том, что такое семейные правила и как они формируются, о важности открытого обсуждения семейных правил, их значении для жизни семьи. Далее участникам предлагается поработать с семейными правилами. По окончании этапа формулирования семейных правил проводится обсуждение.

Для обсуждения предлагаются следующие вопросы:

- Какие чувства вы испытывали при выполнении упражнения?
- Какое впечатление на вас произвели эти открытия?
- Откуда в вашу семью пришли эти правила?
- Кто создает в вашей семье правила?

7. Упражнение «Хвасталки». «Я ..., мой ребенок...» Каждый участник тремя позитивными прилагательными должен охарактеризовать себя и своего ребенка.

8. Итоговая рефлексия:

- Назовите, что было значимого для вас сегодня со слов «Благодарю себя за...»? Какие ощущения остались?
- Что вам дал тренинг?

### Тест «Ваш стиль общения и воспитания»

Уважаемые родители! Просим вас ответить на вопросы теста, выбрав один из вариантов ответа.

1. Как Вы считаете, из-за чего дети скорее станут непослушными?

- А. Из-за излишней мягкости и вседозволенности со стороны родителей.
- Б. Из-за чрезмерной требовательности родителей.
- В. Из-за своих эгоизма, лени и упрямства.

2. С каким из приведенных утверждений вы согласны?

- А. Если ребёнка с детства держать в строгих рамках, то из него вырастет хороший человек.
- Б. Родители не вправе требовать от ребёнка уважения к себе, они должны заслужить его.
- В. Важно, чтобы родители не мешали жить детям и не навязывали им свое общество.

3. Как вы считаете, в какой степени родители должны участвовать в отношениях ребёнка со сверстниками?

- А. Ребёнок обязан близко общаться только с теми детьми, которые нравятся его родителям.
- Б. Родителям нужно знать друзей своего ребёнка, приглашать их в гости, но вмешиваться в отношения детей можно только в исключительных случаях.
- В. Ребёнок может общаться с кем захочет, родителей это не касается.

4. Родитель должен понимать, что его родители...

- А. Знают всё, о чём он думает.
- Б. Интересуются его мыслями и чувствами.
- В. Не претендуют на то, чтобы знать его помыслы.

5. Взрослый должен просить прощения у ребёнка?

- А. Никогда.
- Б. В тех случаях, когда взрослый не прав, обязательно.
- В. По настроению.

6. Может ли ребёнок самостоятельно решать, чем ему заниматься в свободное время?

- А. Пока не станет достаточно взрослым — нет.
- Б. Конечно может. Но задача родителей — направить его энергию в «мирное русло», предложить интересные и полезные занятия.
- В. Может. А родители должны помочь материально.

7. Как должны реагировать родители ребёнка, услышав от него нецензурные выражения?



- А. Возмутиться и строго наказать.
- Б. Договориться, что эти слова он больше не будет произносить.
- В. Не делать из мухи слона, первый раз можно вообще пропустить мимо ушей.

8. *Зачем давать ребёнку деньги на карманные расходы?*

- А. Чтобы он сам делал покупки и отчитывался за них перед родителями.
- Б. Чтобы он мог их потратить по своему усмотрению.
- В. Чтобы он не воровал деньги у родителей.

9. *У ребёнка могут быть секреты от родителей?*

- А. Только в том случае, если родители плохо следят за ребёнком.
- Б. Да. Это обязательное условие нормального взросления, дети должны иметь собственную личную жизнь.
- В. Конечно, ведь у ребёнка должен быть свой мир, закрытый для взрослых.

10. *Как вы считаете, до какого момента взрослые должны сами выбирать одежду и другие вещи для ребёнка?*

- А. До той поры, пока ребёнок не начнёт покупать всё это сам на самостоятельно заработанные деньги.
- Б. До того, как ребёнок не научится высказывать свои пожелания на этот счёт.
- В. До того, пока ребёнок не потребует самостоятельности в выборе себе вещей.

11. *Нужно ли родителям демонстрировать ребёнку свою любовь?*

- А. Нет. Можно только хвалить за успехи, но теплячи нежности ни к чему.
- Б. Конечно. Однако любая ласка должна быть уместна (например, не целовать мальчика при его друзьях).
- В. Да и как можно чаще.

12. *Считаете ли вы соблюдение режима дня обязательным для ребёнка?*

- А. Безусловно. Родители должны следить за этим.
- Б. В жизни ребёнка должен быть каждодневный распорядок, от которого возможны отступления.
- В. Ни к чему мучить ребёнка и себя.

#### **Интерпретация:**

Если ответов **А** больше всего, то у вас преобладает авторитарный стиль воспитания, **Б** — демократический, **В** — либеральный.

## **2. Тренинговое занятие по теме «Основы подростковой конфликтологии»**

1. Вступительное слово ведущего. Знакомство с темой и целью групповой работы.

2. **Упражнение «Сказка о тройке».** Участники объединяются для игры в тройки. Каждый игрок присваивает себе обозначение А, В или С. Затем ведущий сообщает задание: тройка должна вырабатывать общее решение — в какой цвет покрасить забор. Но ситуация осложняется тем, что каждый игрок лишен одного канала восприятия.

Предложить завязать глаза, закрыть уши и посидеть без движения:

А — слепой, но слышит и говорит.

В — глухой, но может видеть и двигаться.

С — человек, который все видит и все слышит, но не может двигаться.

Вопросы:

1. Сколько времени понадобилось тройкам на выработку общего решения?

2. Какую стратегию избрали участники в достижении цели?

3. Какие чувства испытывали?

4. Что изменилось в момент?

5. Почему вы выбрали это решение?

3. **Упражнение «Пишем синквейны».** Синквейн — поэтическая форма, которая позволяет обобщить фактический или ассоциативный материал по какой-либо теме. Синквейн состоит из пяти строк и выстраивается следующим образом:

строка 1 — определяемое понятие;

строка 2 — два прилагательных к нему;

строка 3 — три глагола к нему;

строка 4 — фраза из четырех-пяти слов;

строка 5 — вывод (обобщенное понятие, синоним и т.п.)

Например: СПОР

1. Форма деятельности.

2. Индивидуальная, групповая.

3. Состязаться, проявлять, действовать.

4. Особенности поведения, обобщения и склада мышления.

5. Стиль жизни.

Инструкция: Перед вами следующие понятия: спор, конфликт, конфликтная ситуация, инцидент. Попробуйте дать определение этим словам, что они обозначают. После того как участники тренинга высказали свое мнение, ведущий представляет теоретические определения.

Сообщение ведущего: «Спор — словесное состязание, обсуждение чего-либо между двумя или несколькими лицами, при котором каждая из сторон отстаивает свое мнение, свою правоту.»

Конфликтная ситуация — противоречивые позиции сторон по какому-либо поводу.

Инцидент — случай, происшествие (обычно неприятное), недоразумение, столкновение.

Конфликт — это столкновение противоположно направленных, несовместимых друг с другом мнений, связанных с острыми отрицательными эмоциональными переживаниями.

Принято определять социально-психологический конфликт как возникающее и протекающее в сфере общения столкновение, вызванное противоречивыми целями, способами поведения, установками людей, в условиях их стремления к достижению каких-либо целей.

Причины конфликтов состоят в расхождении:

- знаний, умений, привычек, личностных черт;
- функций управления;
- эмоциональных, психических и других состояний;
- экономических процессов;
- задач, средств и методов деятельности;
- мотивов, нужд, ценностных ориентаций;

- взглядов и убеждений;
- понимания, интерпретации информации;
- ожиданий, позиций;
- оценок и самооценок».

#### 4. Упражнение «Плюсы и минусы конфликта».

Участники делятся на две группы. Первой команде нужно будет в режиме мозгового штурма записать как можно больше позитивных следствий конфликтных ситуаций, второй команде, соответственно, — описать негативные последствия конфликтов. На работу группам дается 10 минут. Характеристики конфликта:

##### Конструктивные стороны конфликта:

- конфликт вскрывает «слабое звено» в организации, во взаимоотношениях (диагностическая функция конфликта);
- конфликт дает возможность увидеть скрытые отношения;
- конфликт дает возможность выплеснуть отрицательные эмоции, снять напряжение;
- конфликт — это толчок к пересмотру, развитию своих взглядов на привычное;
- необходимость разрешения конфликта обуславливает развитие организации;
- конфликт способствует сплочению коллектива при противоборстве с внешним врагом.

##### Деструктивные стороны конфликта:

- отрицательные эмоциональные переживания, которые могут привести к различным заболеваниям;
- нарушение деловых и личных отношений между людьми, снижение дисциплины. В целом ухудшается социально-психологический климат;
- ухудшение качества работы. Сложное восстановление деловых отношений;
- представление о победителях или побежденных как о врагах;
- временные потери. На одну минуту конфликта приходится 12 минут послеконфликтных переживаний.

##### Типы поведения в конфликтной ситуации:

*Конкуренция* (соревнование) предполагает сосредоточение внимания только на своих интересах, полное игнорирование интересов партнера.

*Избегание* (уклонение) характеризуется отсутствием внимания как к своим интересам, так и к интересам партнера.

*Компромисс* представляет собой достижения «половинчатой» выгоды каждой стороной.

*Приспособление* предполагает повышенное внимание к интересам другого человека, при этом собственные интересы отходят на задний план.

*Сотрудничество* является стратегией, позволяющей учесть интересы обеих сторон.

**5. Упражнение «Достойный ответ».** Все участники сидят в кругу. Каждый получает от ведущего карточку, на которой содержится какое-либо замечание по поводу внешности или поведения одного из участников.

Все слушатели по кругу (по очереди) произносят записанную на карточку фразу, глядя в глаза соседу справа, задача которого — достойно ответить на этот «выпад». Затем ответивший участник поворачивается к своему соседу справа и зачитывает

фразу со своей карточки. Когда каждый выполнит задание, то есть побывает и в качестве «нападающего», и в качестве «жертвы», упражнение заканчивается и группа переходит к обсуждению.

##### Примеры фраз:

- Ты слишком высокого мнения о себе. Ты ведешь себя так, как будто ты самый главный здесь.
- Ты никогда никому не помогаешь.
- Когда я тебя встречаю, мне хочется перейти на другую сторону улицы.
- Ты совсем не умеешь красиво одеваться.
- Почему ты на всех смотришь волком?
- С тобой нельзя иметь никаких деловых отношений.
- Ты как не от мира сего.
- У тебя такой страшный взгляд.
- С тобой бесполезно договариваться о чем-либо. Ты все равно все забудешь.
- У тебя такой скрипящий голос, он действует мне на нервы.
- Посмотри, на кого ты похожа!
- Ты слишком много болтаешь ерунды.
- Что ты вечно на всех кричишь?
- У тебя полностью отсутствует чувство юмора.
- Ты слишком плохо воспитана.

##### Вопросы для обсуждения:

- Легко ли было выполнять задание?
- Принимали ли близко к сердцу нелестное замечание о себе?

После обсуждения предлагаются различные варианты конструктивного поиска, который поможет и в реальных жизненных условиях так же воспринимать негативную информацию от партнеров по общению.

#### 6. Упражнение «Нас с тобой объединяет».

Первый игрок — тот, у которого в руках мяч, — кидает его кому-то из своих коллег по группе, заканчивая фразу: «Нас с тобой объединяет...» (например «...любовь к путешествиям» или «...то, что мы оба предпочитаем решать конфликты путем переговоров» или «...знак зодиака»). Тот, с кем объединились, ловит мяч; если он согласен со сказанным, он говорит: «Да, спасибо»; если сказанное его удивило: «Спасибо, я подумаю». И объединяется уже со следующим игроком, заново заканчивая фразу: «Нас с тобой объединяет...»

Результаты этой игры можно представить и графически. На листах бумаги рисуется «солнышко» — круг с именем адресата и лучи по числу оставшихся участников. На конце луча человек пишет свое имя, а вдоль луча — то качество, которое, по его мнению, объединяет его с «солнышком». Важно, чтобы на всех листах, у каждого солнышка все лучики были заполненными.

#### 7. Упражнения активного слушания.

1. Группа разделяется на пары. В течение определенного времени один из партнеров будет играть роль слушающего, а второй — говорящего.

2. В течение 5 минут говорящий рассказывает о паре своих личных проблем, акцентируя внимание на причинах возникновения трудностей. Слушающий при этом использует все техники и приемы активного слушания.

3. В течение 1 минуты после упражнения говорящий говорит о том, что помогало ему открывать

ся, а что мешало. Это позволяет слушающему понять собственные ошибки, если они имелись.

4. Следующие 5 минут говорящий должен рассказывать о своих сильных сторонах, которые помогают ему устанавливать контакты с людьми. Слушающий продолжает использовать приемы и техники активного слушания, учитывая собственные ошибки, совершенные в прошлый раз.

5. Следующие 5 минут слушающий должен пересказать все, что он понял из обоих рассказов говорящего. При этом говорящий молчит и лишь кивком головы подтверждает или отрицает правильность того, понял его слушающий или нет. Слушающий в ситуации несогласия с ним должен поправить себя, пока не получит подтверждения. Окончание данного упражнения заключается в том, что говорящий может уточнить, где его неправильно поняли или исказили.

6. Затем говорящий и слушающий меняются ролями, по новой проходят все этапы. Теперь слушающий говорит, а говорящий внимательно слушает и использует приемы и техники активного слушания.

7. Подведение итогов. Все участники по кругу продолжают высказывание «Это занятие помогло мне (приобрести, стать, понять...)».

## Консультативные мероприятия

**Групповые консультации для родителей** — обычно проводится в небольших группах — 7–10 человек. Входящие в такую группу люди делятся своими мыслями, чувствами и поведенческими проблемами, предоставляют тему для обсуждения. Предполагается, что каждый член группы вовлекается в процесс обсуждения, поддержки и решения проблем.

Ведущий, или руководитель группы, обычно имеет специальную подготовку в области методов групповой консультации и стремится создать атмосферу доверия, открытости, ответственности и взаимозависимости.

Фактически членами консультационной группы могут быть люди, имеющие схожие проблемы или заинтересованные в обсуждении одной темы. В группе создаются такие условия, чтобы каждый её участник мог проявить себя, а также чтобы возникали эффективные взаимодействия между членами группы, которые позволяют участнику адекватнее и глубже понять себя самого, осознать собственные неадекватные отношения, установки, эмоциональные и поведенческие стереотипы (которые часто проявляются в межличностных контактах) и в конечном итоге изменить их.

Групповая форма работы — это одно из самых перспективных направлений современной психологии, позволяющее работать с большим количеством участников одновременно. Этот метод дает человеку возможность получить поддержку, защиту, развитие личности, новый взгляд на мир, на людей, на себя.

**Возможное содержание групповых консультаций:**

1. Групповая консультация по теме «**Психологические особенности развития детей подросткового возраста**»:

а) актуализация знаний, полученных на лекционном занятии;

б) применение кейс-технологий в работе с родителями подростков;

в) обращение к позитивному родительскому опыту в восприятии подросткового возраста.

2. Групповая консультация по теме «**Основы семейного воспитания**»:

а) модерация актуальных проблем семейного воспитания родителей, участвующих в подпрограмме.

3. Групповая консультация по теме «**Профилактика влияния негативных факторов внешней среды на воспитание подростка**»:

а) супервизия для родителей «Факторы риска в воспитании моего ребенка».

4. Групповая консультация по теме «**Суицидальные риски в подростковом возрасте: факторы возникновения, основы профилактики**»:

а) формирование совместно с родителями памятки для родителей по профилактике возникновения суицидальных рисков в подростковом возрасте.

### Подпрограмма

#### «Социальный тренинг для подростков»

**Цель:** укрепление личностных ресурсов подростков, расширение поведенческого репертуара.

**Задачи:**

- Выработать у участников эффективные навыки самоконтроля и оценки собственного эмоционального состояния для принятия верных решений.
- Помочь участникам оценить и скорректировать установки относительно собственного поведения.
- Сформировать положительную мотивацию и установки, направленные на противостояние нежелательному влиянию среды.

**Конечные результаты.**

Ожидается, что по завершении тренинга его участники будут:

- иметь адекватное представление о собственном эмоциональном состоянии, уметь его распознать и регулировать;
- чувствовать уверенность в своих способностях противостоять нежелательному влиянию среды и отстаивать безопасное поведение в различных ситуациях;
- уметь эффективно общаться с другими людьми, особенно в ситуациях с повышенным риском;
- знать, как лучше поступить в случае давления со стороны других участников процесса общения;
- продемонстрировать позитивные установки по отношению к жизни, будущему;
- иметь знания и навыки, необходимые организации социально полезного досуга.

#### Основное содержание подпрограммы «Социальный тренинг для подростков»

Наиболее эффективной формой для освоения новых знаний о себе и о мире, получения новых способов реагирования на различные события, решения возникающих проблем для подростков являются



тренинговые занятия. Благодаря тренинговым занятиям возможно решить следующие проблемы:

1) выявление проблемных узлов. Наиболее часто встречающиеся — это проблемы, связанные с особенностями личности. В рамках тренинговой работы легче выявить, какие черты личности проявляются сильнее, как это влияет на взаимодействие;

2) развитие системы коммуникации среди участников команды. Большинство заданий тренинга довольно сложны, но в конечном счете выполнимы. У каждой группы формируется свой подход к их выполнению, но общим является необходимость эффективно взаимодействовать друг с другом и овладеть навыками конструктивного общения;

3) развитие навыков индивидуальной и групповой рефлексии. Рефлексия — это метод осознания того, что они пережили и узнали нового, она дает возможность учиться на своем прошлом опыте и переносить знания в новые области деятельности;

4) создание позитивного социального окружения. В процессе тренинга затрагиваются эмоции, аспекты личности и взаимоотношения. Участники тренинга учатся выражать и распознавать эмоции.

## Основные темы и содержание тренинговых занятий

### 1. Тренинговое занятие по теме «Навыки самоконтроля и оценка собственного эмоционального состояния».

Цель — выработка у участников эффективных навыков самоконтроля и оценки собственного эмоционального состояния для принятия верных решений.

1. Упражнение «Круг эмоций». Сообщение ведущего: «У нас есть «круг эмоций». Он разделен на секторы, и каждый сектор соответствует определенной эмоции. Каждая эмоция может проявляться в разной степени, на нашем круге — от «0» до «5». Мы предлагаем вам по очереди выбрать те эмоции, которые вы сейчас чувствуете. Вы можете выбрать одну эмоцию или несколько, в зависимости от вашего настроения». Обсуждение полученных результатов в группе.

2. Упражнение «Эмоции и чувства». Участники по просьбе ведущего перечисляют какие эмоции они знают. Ответы участников записываем на флипчарте. Если группа активная, можно провести упражнение-аукцион: участники по очереди называют эмоцию или чувство до тех пор, пока никто не сможет ничего придумать. Повторяться нельзя. Побеждает тот, кто последним назовет эмоцию или чувство. Такого участника можно поощрить небольшим призом: конфетой, брелоком или пр. Далее необходимо разделить эмоции на «положительные» и «отрицательные» эмоции/чувства и отметить их значками «+» и «—» на флипчарте.

3. Упражнение «Четыре угла». Ведущий раскладывает таблички-указатели в разных углах помещения, на которых написано:

- Эмоции вредны и мешают.
- Эмоции нужны и полезны.
- На эмоции не стоит обращать внимание.
- Собственное мнение.

Задача участников выбрать «угол» с указателем, который соответствует их мнению, и перейти

туда. Далее в командах обсудить, почему они выбрали тот или иной «угол». Если вся группа оказалась в одном углу, тогда сам ведущий выступает оппонентом для группы. Поспорьте, потом признайтесь в вашей настоящей позиции. Поощрите наиболее активных участников.

Сообщение ведущего: «Давайте признаемся, что эмоции действительно играют важную роль в нашей жизни. Под влиянием эмоций человек может совершить как героический поступок, так и сделать какую-нибудь глупость. Давайте еще раз проговорим, в чем польза эмоций. Действительно, эмоции являются первым сигналом какого-либо дискомфорта, могут помочь нам предотвратить назревающую рискованную ситуацию, «позитивные» эмоции хорошо сказываются на повседневной жизни человека: здоровье, работе, сексе и пр. Но, несмотря на это, в принятии решений эмоции — плохой советчик. Представьте себе, что судья, принимающий ответственное решение по уголовному делу, бурно веселился и «прикальвался» или, наоборот, находился в гневе, даже в ярости. Как вы думаете, в каком эмоциональном состоянии должен находиться человек, чтобы принять адекватное решение? (выслушайте ответы). Давайте посмотрим на наш круг эмоций. Для принятия решения цифры на круге должны стремиться к нулю».

4. Обсуждение в малых группах. Участники делятся на две группы и каждая группа обсуждает вопрос, какие эмоции могут заставить человека совершить преступление (правонарушение). На обсуждение в группах дается 5–7 минут.

5. Игра «Отражение». Выбирается доброволец. Задача добровольца, держа перед собой зеркало и смотря в него, не проявлять никаких эмоций. Задача всей остальных — рассмешить его какими-нибудь забавными фразами, анекдотами, песнями и пр. Только трогать добровольца нельзя. Если попался неэмоциональный участник, можно попробовать еще раз, выбрав другого добровольца.

Сообщение ведущего: «Давайте спросим нашего добровольца, сложно ли ему было сдерживать эмоции? Это действительно непростая задача! Будем объективны, сложно представить себе ситуацию, где бы мы принимали решение, ничего при этом не чувствуя. Как же принять нужное решение, если эмоции зашкаливают?»

Наиболее часто встречаются три варианта:

а) изменить одну эмоцию на другую либо снять эмоциональное напряжение, желательно не используя при этом других людей (например, порвать лист бумаги, смять газету, ударить подушку и пр.);

б) отложить на время принятие решений и любые действия, пока эмоции не улягутся («утро вечера мудренее»);

в) учитывая свое состояние, принимать решение, заранее предполагая, что оно ошибочное.

6. Упражнение «Круг эмоций». Участники выбирают по очереди выбрать те эмоции, которые сейчас чувствуют. Можно выбрать одну эмоцию, или несколько, в зависимости от того, что сейчас чувствует участник.

7. Обратная связь. Участники высказываются по кругу о том, что было интересно в занятии, что полезно.

## 2. Тренинговое занятие по теме «Технология принятия решения»

**Цель** — дать четкое представление о ценностях, касающихся принятия решений в ситуациях высокого риска и давления со стороны сверстников.

**1. Упражнение «Круг эмоций».** Сообщение ведущего: «У нас есть «круг эмоций». Он разделен на секторы, и каждый сектор соответствует определенной эмоции. Каждая эмоция может проявляться в разной степени, на нашем круге — от «0» до «5». Мы предлагаем вам по очереди выбрать те эмоции, которые вы сейчас чувствуете. Вы можете выбрать одну эмоцию, или несколько, в зависимости от того, что вы сейчас чувствуете».

**2. Разминка «Приветствие».** Ведущий называет разные части тела, которыми участники должны здороваться (коленями, локтем, головой, запястьем, пятками, спиной и др.) и дает время на выполнение задания. Желательно начинать с более простых задач, постепенно усложняя

**3. Упражнение «Мнение».** Ведущий раздает каждому участнику по две заранее подготовленные карточки (красную и зеленую). У каждого в руках карточки двух цветов — красный и зеленый.

Сообщение ведущего: «Сейчас я буду читать утверждения, и, если вы с ними согласны, вы поднимаете зеленую карточку, а если не согласны — красную».

Утверждения для голосования:

1. Друг — это человек, который за тебя горой.
2. Мнение друзей и знакомых очень важно.
3. Человек — существо общественное.
4. Прежде чем что-то сделать, нужно посмотреть, к какому результату это действие привело остальных.
5. В жизни надо попробовать все.
6. Все в этой жизни решают связи.
7. Друзья плохого не посоветуют.
8. Для каждого человека существуют свои собственные правила, законы и нормы.
9. Если твои знакомые говорят, что ты прав, значит, так и есть.
10. Лучше уступить, чем потерять друга.

После каждого утверждения следует обсудить мнения участников. Сами постарайтесь занимать нейтральную позицию. Контролируйте время обсуждения.

Сообщение ведущего: «Итак, если вы подняли зеленую карточку больше трех раз, то вы, как и большинство из нас, подвержены влиянию со стороны окружающих. Иногда это влияние идет нам на пользу, иногда является вредоносным, все зависит от человека, и от людей, которые его окружают. Но как понять, какой перед тобой человек? И насколько безопасно его поведение?»

**4. Упражнение «Физиономист».** Ведущий показывает портрет человека. Каждый участник предполагает, что это за человек, какова его работа, досуг, профессия, черты характера, наличие семьи и т. д. Задача упражнения — продемонстрировав положительный образ на фотографии, показать участникам, что за приятной внешностью, может скрываться опасный человек. Например, Андерс Беринг Брейвик. Можно взять фотографию любого известного преступника, главное, чтобы на снимке он был

изображен максимально приятным образом. На самом деле, на фотографии изображен Андерс Беринг Брейвик (норв. Anders Behring Breivik; род. 13 февраля 1979 года) — норвежский националист, террорист, организатор и исполнитель взрыва в центре Осло и нападения 26 на молодежный лагерь 22 июля 2011 года. В результате терактов погибли 77 человек и 151 получили ранения. Андерс сознался в совершении данных преступлений, однако отказался признать свою вину. 24 августа 2012 года был признан вменяемым, виновным и приговорен к 21 году тюремного заключения.

Сообщение ведущего: «Теперь мы с вами видим, что только по внешности невозможно предсказать поведение человека и довольно приятный внешне человек может оказаться опасным преступником и наоборот, неприятный с виду человек может оказаться достойным членом общества».

**5. Групповое обсуждение.** Сообщение ведущего: «Что же нужно для того, чтобы человеческое поведение стало более понятным? Давайте обсудим». Необходимо выслушать ответы и постараться натолкнуть участников на мысль, что для понимания поведения человека нужно время.

Сообщение ведущего: «Итак, для понимания поведения человека нужно время. И когда вы попадаете в новую компанию, не всегда с первого взгляда возможно определить, насколько люди в этой компании руководствуются общепринятыми правилами и нормами поведения, не будет ли их влияние на вас негативным. Взаимоотношения с людьми — это обыденный, постоянный, но все-таки очень сложный процесс. Общаться с человеком или нет — это проблема выбора каждого. Однако почему-то множество людей ошибаются, делая свой выбор в пользу общения с человеком, взаимодействие с которым приводит к негативным последствиям. Надо сказать о том, что с проблемой выбора мы сталкиваемся каждый день как в простейших бытовых ситуациях, например, в магазине (какой сорт чая выбрать), так и в гораздо более сложных, например, какую профессию выбрать, кем быть».

**6. Упражнение «за» и «против».** Участники делятся на две малые группы. Зачитываются ситуации. Перед участниками стоит проблема выбора. Задача первой группы обсудить и записать аргументы «За», а второй — аргументы «Против». Потом необходимо обсудить.

Ситуация для анализа:

1. Ты в новой компании, попасть в которую ты стремился очень долго. Вы собрались вместе и прекрасно проводите время. Вдруг одному из ваших новых приятелей приходит идея развлечься. Его сосед по дому уехал в командировку, а его новый автомобиль стоит под окнами, и было бы просто здорово на нем покататься. Все загорелись этой идеей. Естественно, тебя тоже приглашают поучаствовать.

2. У тебя сложная финансовая ситуация. Твой знакомый предлагает тебе подзаработать. Задача несложная: доставить небольшой пакет до адресата. Ты точно не знаешь, что в пакете, но догадываешься о том, что речь идет о чем-то противозаконном.

3. Ты на дне рождения своего друга. Все веселится, а тебя накануне бросила девушка и тебе гру-

стно. Один из приятелей замечает твое настроение и говорит: «Да забей, смотри, что у меня есть. Паря глотков и как рукой снимет». И протягивает тебе бутылку без этикетки.

Сообщение ведущего: «Такой диалог «за» и «против» происходит у любого человека, когда он сталкивается с проблемой выбора. И к этим «за» и «против» надо прислушиваться очень внимательно. Особенно, если возникает страх и дискомфорт. Итак, при взаимодействии с людьми следует:

1. Обязательно спрогнозировать дальнейшее развитие событий.

2. Взвесить собственные возможности.

3. Оценить «за» и «против» выбора.

4. Обязательно разобраться: выбираете вы или выбирают за вас».

7. **Упражнение «Круг эмоций».** Участники выбирают по очереди выбрать те эмоции, которые сейчас чувствуют. Можно выбрать одну эмоцию, или несколько, в зависимости от того, что сейчас чувствует участник.

8. Обратная связь. Участники высказываются по кругу о том, что было интересно в занятии, что полезно.

### 3. Тренинговое занятие по теме

#### «Управление рисками в жизненных ситуациях»

Цель — научить участников определять ситуации различной степени риска и их возможные последствия, а также дать четкий алгоритм выхода из подобных ситуаций.

1. **Упражнение «Круг эмоций».** Сообщение ведущего: «У нас есть «круг эмоций». Он разделен на секторы, и каждый сектор соответствует определенной эмоции. Каждая эмоция может проявляться в разной степени, на нашем круге — от «0» до «5». Мы предлагаем вам по очереди выбрать те эмоции, которые вы сейчас чувствуете. Вы можете выбрать одну эмоцию, или несколько, в зависимости от того, что вы сейчас чувствуете».

2. **Игра «Скала».** Выбирается один скалолаз. Остальные участники встают в плотную шеренгу, чтобы создать скалу. Из скалы должны «торчать» выступы («коряги»), образованные из выставленных рук и ног, наклоненных вперед тел. Задача скалолаза — пройти вдоль этой «скалы», не упав в «пропасть», т. е. не поставив свою ногу за пределы линии, образованной ступнями остальных участников. Скалолаз сам выбирает способ решения этой задачи. Переговариваться нельзя. Проведение упражнения можно организовать в форме цепочки — участники поочередно пробираются с одного конца «скалы» к другому, где вновь «встраиваются» в нее. Обсуждение после игры: какие чувства появлялись у водящих и у составляющих «скалу» при выполнении данного упражнения? Что помогало, а что мешало справиться с заданием?

3. **Мозговой штурм.** Участникам предлагается перечислить ситуации «неоправданного» риска. Варианты ответов ведущий фиксирует на флипчарте — например, «ради интереса», «за компанию», не хватает острых ощущений, адреналина, не хватает знаний о последствиях и т. д. По итогам проводится дискуссия.

4. **Упражнение «На приеме у специалиста».** Выбирается доброволец. Желательно выбрать активного участника. Ему выдается листок с ситуацией. Задача остальных участников — вжиться в роль специалистов и дать участнику-добровольцу свои рекомендации, как ему сейчас себя вести в сложившейся ситуации. Ситуация для добровольца: ..... (необходимо выбирать актуальные для группы ситуации). Рекомендации специалистов ведущий фиксирует на флипчарте. После того как «специалисты» высказались, ведущий просит добровольца поделиться впечатлениями и сказать, каким бы рекомендациям он следовал, а каким нет, и почему.

5. **Групповая дискуссия «Как не допустить ситуацию риска».** Участникам на примере обсуждаемой ситуации найти способы, как избежать рискованных ситуаций. Варианты записываются и обсуждаются в группе.

6. **Упражнение «Круг эмоций».** Участники выбирают по очереди выбрать те эмоции, которые сейчас чувствуют. Можно выбрать одну эмоцию, или несколько, в зависимости от того, что сейчас чувствует участник.

7. Обратная связь. Участники высказываются по кругу о том, что было интересно в занятии, что полезно.

### 4. Тренинговое занятие по теме «Навыки эффективного поведения в конфликте»

Цель — выработка у участников навыков эффективного самоконтроля, асертивного поведения и выхода из конфликтных ситуаций.

1. **Упражнение «Круг эмоций».** Сообщение ведущего: «У нас есть «круг эмоций». Он разделен на секторы, и каждый сектор соответствует определенной эмоции. Каждая эмоция может проявляться в разной степени, на нашем круге — от «0» до «5». Мы предлагаем вам по очереди выбрать те эмоции, которые вы сейчас чувствуете. Вы можете выбрать одну эмоцию, или несколько, в зависимости от того, что вы сейчас чувствуете».

2. **Игра «Пруд».** Сообщение ведущего: «Давайте послушаем историю: Представьте себе, что в одном уютном пруду обитают цапля, лягушка и бабочка. Все мы знаем, что цапля питается лягушками, а лягушка кушает бабочек. По условию нашей игры и цапля, и лягушка жутко голодны. Умереть, естественно, никто не хочет. Как же быть? Сейчас мы поделимся на три команды. Задача каждой команды отстоять свою позицию. Первая отстаивает позицию цапли, вторая — лягушки, третья — бабочки». На подготовку аргументов каждой команде дается по 5 минут. Затем проводится дискуссия.

Сообщение ведущего: «Давайте остановимся на наиболее часто встречающихся причинах конфликтов. Для наглядности мы будем проигрывать каждую ситуацию. Итак, первая причина: конфликт из-за обидных формулировок. Например, представьте себе, что в семье происходит конфликт по поводу невынесенного мусора или стирки белья. Какими фразами обычно обмениваются члены семьи в такой ситуации?»

- Упражнение «Перефразирование».** Ведущий записывает на флипчарте фразы, наподобие: «Не-



ужели так сложно вынести мусор, когда я тебя об этом прошу»; «Я целый день, как белка в колесе, неужели сложно включить стиральную машину»; и т. д. и просит участников их перефразировать так, чтобы смысл был тот же, а обиды в них не звучало. Например: «Я сегодня очень устала, помоги мне, пожалуйста, со стиркой белья».

Сообщение ведущего: «Вторая причина: разница во мнениях. Давайте поделимся на те же группы, которые были в начале занятия на игре «Пруд». Каждая команда получит утверждение. Возможно, некоторые утверждения покажутся вам знакомыми. Мы часто можем их услышать от родителей, учителей, и вообще, от людей старшего возраста. Ваша задача — найти в этих фразах как можно больше рационального, правильного. На это задание у вас 5–7 минут». Обсудите упражнения, послушайте мнения. По желанию ведущих, фразы могут быть другими.

Фразы для обсуждения:

- Думать надо об учебе, а не о гулянках!
- Посмотри, как ты выглядишь! Мальчики/девочки не должны так одеваться.
- Я лучше знаю, что тебе нужно.

Сообщение ведущего: «Третья причина — невнимание. Часто люди требуют внимания, но не получают его от нас. Всем приятно, когда окружающие помнят о дате рождения, замечают обновки и пр. Нам нужен доброволец (выбрать добровольца). Встаньте спиной к группе. Я буду задавать вопросы о членах группы, постарайся ответить».

Примерный список вопросов: у кого сегодня не очень хорошее настроение, какие на участниках предметы одежды, какой у кого-либо из участников цвет волос, глаз. Если доброволец хорошо справился с заданием — отметьте это обязательно, так как такие ситуации очень редкие. Можно вызвать еще кого-нибудь, если позволяет время.

Сообщение ведущего: «Четвертая причина — конкуренция. Что такое конкуренция? Как вы думаете? (выслушайте варианты) Да, действительно, конкуренция появляется, когда несколько человек претендуют на одно и то же — вещь, должность, значимого человека и т. д. Давайте на примере простого упражнения попробуем прочувствовать, что же такое конкуренция».

**3. Упражнение «Коллекционер».** Для этого упражнения ведущий заранее должен приготовить мелкие предметы — скрепки, спички, зубочистки — на усмотрение ведущего. Мелкие предметы ведущий высыпает на пол и предлагает участникам собрать каждому как можно больше предметов из рассыпанных, но с условиями:

- во-первых, нельзя брать и носить в руках больше, чем три предмета: взял три предмета — положи в свою отдельную кучку;
- во-вторых, и это главное условие — нельзя препятствовать отбору предметов из своей кучки, то есть любой быстрый и ловкий участник может в любой момент взять три предмета из вашей кучки.

На игру отводится 5 минут.

Сообщение ведущего: «Какие чувства возникали, когда кто-то из вашей честно набранной кучки пытался забрать предметы? И не только пытался, но и

забирал! А кому было интересней не собирать самому, а утаскивать предметы из кучек соседей? (обсудите с участниками упражнение) Мы с вами остановились на самых основных причинах конфликтов. Как вы думаете, какие еще причины могут быть? (выслушайте варианты; например, непонимание позиции другого человека, личная антипатия, неприязнь, некие ограничения и т. д.) Давайте вместе подумаем, как можно предотвратить конфликты».

**4. Упражнение «Мозговой штурм».** Ведущий фиксирует варианты способов предотвращения конфликтов на флипчарте. При обсуждении затрагиваются тема возможного поведения в конфликтной ситуации. Обсуждаются предложенные варианты поведения, анализируются для каких ситуаций предложенные варианты будут хороши, для каких — нет.

Сообщение ведущего (ведущий группы дает его после либо в процессе обсуждения того, как вести себя в конфликтной ситуации):

1. Соперничество приемлемо, когда:

- необходимы быстрые решительные действия;
- есть 100% уверенность в правильности выбранного решения, и его необходимо отстаивать.

2. Сотрудничество приемлемо, когда:

- общая конечная цель от разнообразия позиций только выиграет;
- нужно преодолеть негативные эмоции, возникшие за время общения.

3. Избегание приемлемо, когда:

- предмет разногласий несущественен и есть другие более важные дела;
- отсутствует возможность удовлетворить собственные интересы;
- вероятность разрушить отношения больше, чем улучшить их;
- надо дать людям возможность успокоиться, отойти от переживаний;
- другие люди могут решить конфликт более эффективно;
- перед принятием конкретных действий необходимо собрать информацию.

4. Приспособление приемлемо, когда:

- есть необходимость прислушаться к иной точке зрения, показать гибкость взглядов;
- предмет разногласий важнее для других;
- важны гармония и стабильность отношений.

5. Компромисс приемлем, когда:

- цели важны, но все же не стоят того, чтобы прибегать к жестким мерам для их достижения;
- оппоненты имеют одинаковую силу, но стремятся достичь разных целей;
- можно прийти к временному соглашению по важным вопросам;
- можно найти приемлемое решение при недостатке времени;
- нужно сделать «шаг назад», если сотрудничество и конкуренция не помогают достичь целей.

**5. Упражнение «Круг эмоций».** Участники выбирают по очереди выбрать те эмоции, которые сейчас чувствуют. Можно выбрать одну эмоцию, или несколько, в зависимости от того, что сейчас чувствует участник.

6. Обратная связь. Участники высказываются по кругу о том, что было интересно в занятии, что полезно.

## 5. Тренинговое занятие по теме «Расширение социальной географии подростков»

Цель — стимулирование осознания необходимости культурного развития, организации досуговых мероприятий.

1. Упражнение «Круг эмоций». Сообщение ведущего: «У нас есть «круг эмоций». Он разделен на секторы, и каждый сектор соответствует определенной эмоции. Каждая эмоция может проявляться в разной степени, на нашем круге — от «0» до «5». Мы предлагаем вам по очереди выбрать те эмоции, которые вы сейчас чувствуете. Вы можете выбрать одну эмоцию, или несколько, в зависимости от того, что вы сейчас чувствуете».

Сообщение ведущего: «Сегодня у нас последнее занятие цикла. И говорить мы будем о приятном. Для начала, расскажите, как вы провели последние выходные? Выслушайте варианты, включитесь в обсуждение. Как вы уже догадались, говорить сегодня мы будем про досуг. Что это такое? Да, действительно, это наше с вами свободное от работы и учебы время. Каждый его проводит по-своему. И, как правило, наш досуг зависит от материальных возможностей, занятости, погоды, но, в первую очередь, от настроения».

2. Упражнение «Куда пойти, куда податься?» Каждому участнику раздаются карточки (приложение 1). Если ни один из представленных вариантов вам не подходит, можете предложить свой. На выполнение задания дается 5 минут, после чего идет открытое обсуждение всей группой. Открытое обсуждение на тему: зачем люди ходят в музеи, театры, на выставки, на концерты и т.п. Выслушайте мнения, способствуйте развитию дискуссии.

3. Работа в малых группах «Кто больше назовет». Поделите группу на подгруппы. Сделать это можно разными способами, использовав какую-либо игру или просто рассчитавшись на первый-второй. В зави-

симости от количества участников, это может быть 2, 3 или больше малых групп на ваше усмотрение. Далее, на протяжении нескольких упражнений, работа будет проводиться именно в малых группах. При необходимости, можно перемешивать участников, и каждое задание проводить в новых малых группах. Задача каждой группы: составить список с максимальным количеством городских мест, где можно провести досуг. На выполнение дается 5 минут. После чего каждая команда по очереди озвучивает свой список. Побеждает команда с самым подробным списком.

4. Упражнение «Сопоставь фотографию и название». Участникам раздаются карточки с названиями, задача — сопоставить их с представленными открытками. Данное упражнение можно применять для любого города, только необходимо запастись открытками с соответствующими достопримечательностями.

5. Упражнение «Развлеки гостей». Участникам предлагается встретить группу туристов. Причем к первой группе участников едут школьники старших классов из Японии, ко второй группе — пенсионеры из Германии, к третьей — гастролирующие музыканты из Польши, к четвертой — родители с маленькими детьми из Франции, к пятой — дзюдоисты из любого другого города России. Ведущие могут придумать свои варианты как реальных людей, так и вымышленных героев, которых они считают интересными. Ваша задача: спланировать два дня пребывания для ваших гостей. Через 10 минут вы презентуете готовый план. Оформить его вы можете по своему желанию. Группы могут оформлять свои планы, используя большие листы для флипчартов.

6. Упражнение «Круг эмоций». Участники выбирают по очереди выбрать те эмоции, которые сейчас чувствуют. Можно выбрать одну эмоцию, или несколько, в зависимости от того, что сейчас чувствует участник.

7. Обратная связь. Участники высказываются по кругу о том, что было интересно в занятии, что полезно.

### Приложение № 1 к занятию 5.

#### Культурно-развлекательные учреждения

Театр	Экскурсия в пригород или по городу
Курсы фотографии, рисунка, паркура и т.д.	Концертный клуб / зал
Музей	Велослеты, роликовые покатушки
Лекции и мастер-классы по дизайну, фотографии и т.д.	Встреча с друзьями в кафе
Дискуссионный клуб	Библиотека
Прогулка, парки	Кинотеатр
Дискотека	Посидеть в интернет-кафе

#### Список использованной литературы:

1. Искусство воспитания послушного ребенка / Анн Бакьюс ; [пер. с фр. Ивана Чорного]. — Москва: Эксмо, 2015.  
2. Легко ли быть трудным? Настольная книга классного руководителя / Сост. — Дмитриева Е. Г., Корбут С. Г., Мемех Л. И., Янчук Н. М. — Брест, 2014.  
3. Максименкова, Л. И. Психолого-педагогическое сопровождение детей и подростков, находящихся в кризисной ситуации: учебно-методическое пособие /Л. И. Максименкова. — Псков: Псковский государственный университет, 2013.

4. Социальный тренинг для подростков и молодежи «Взрослые шаги». Руководство для ведущих групп. — СПб.: Санкт-Петербургская общественная организация «Врачи детям», 2013.  
5. Суицидальное поведение подростков. Методические рекомендации./Авторы-составители: Л. К. Стадухина, Н. В. Петрова, Е. Л. Норкина, О. А. Маркова, М. Ю. Бондаренко. — Йошкар-Ола, 2013.



**Адрес для консультаций:**  
**101990, Москва, Армянский пер., 11/2а.**  
**«Фонд защиты детей».**

**101990, Москва, Армянский пер., 11/2а.**  
**Научно-исследовательский «Институт Детства»**  
**Российского детского фонда.**

---

**ИОКЦ «Детство. Отрочество. Юность».**

Тираж 1 000 экз.

В оформлении использованы иллюстрации с сайта [www.pixabay.com](http://www.pixabay.com)

Отпечатано в ООО «Кировская областная типография».

610004, г. Киров, ул. Ленина, д. 2.





**Общероссийская  
общественно-государственная организация  
«ФОНД ЗАЩИТЫ ДЕТЕЙ»  
и научно-исследовательский  
«ИНСТИТУТ ДЕТСТВА»  
Российского детского фонда  
приступили к системному изданию  
методических пособий,  
посвящённых защите детей  
от жизненных бедствий.**

**Справки:**

**101990, г. Москва, Армянский пер., д. 11/2а.**

**E-mail: [info@detfond.org](mailto:info@detfond.org)**

**Тел.: (495) 625-82-00**

